

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
НОВОСИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

СОЦИОКУЛЬТУРНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОГО ЧЕЛОВЕКА

Материалы IX Всероссийской научно-практической конференции
с международным участием
(г. Новосибирск, 19–21 апреля 2023 г.)

Часть 1

Под редакцией

Н. Я. Большуновой, Т. В. Белашиной, К. Волковой, О. А. Богдановой

Новосибирск 2023

УДК 3163/.4(063)+316.6(063)+159.9(063)
ББК 60.561.9я43+88.5я43+88я43
С693

Печатается по решению
Редакционно-издательского совета
ФГБОУ ВО «НГПУ»

Р е д а к ц и о н н а я к о л л е г и я :

д-р филос. наук, канд. физ.-мат. наук, проф., проф. международной кафедры
ЮНЕСКО по правам человека МГИМО (У), проректор по научной работе
ФГБОУ ВО «НГПУ» *Б. О. Майер*;

канд. психол. наук, доц., проф. кафедры практической и специальной психологии,
декан факультета психологии ФГБОУ ВО «НГПУ» *О. О. Андронникова*;

д-р психол. наук, проф., проф. кафедры общей психологии
и истории психологии ФГБОУ ВО «НГПУ» *Н. Я. Большунова*;

канд. психол. наук, доц. кафедры общей психологии
и истории психологии ФГБОУ ВО «НГПУ» *Т. В. Белашина*

С693 **Социокультурные** проблемы современного человека : материалы
IX Всероссийской научно-практической конференции с международным
участием (г. Новосибирск, 19–21 апреля 2023 г.). Часть 1 / под редакцией
Н. Я. Большуновой, Т. В. Белашиной, К. Волковой, О. А. Богдановой ;
Министерство просвещения Российской Федерации, Новосибирский гос-
ударственный педагогический университет. – Новосибирск : Изд-во
НГПУ, 2023. – 261 с. – Текст : непосредственный.

ISBN 978-5-00226-001-0 (общ.)

ISBN 978-5-00226-002-7 (ч. 1)

Сборник посвящен проблемам социокультурного развития и самоопределения личности в условиях изменяющегося современного мира. Представлены материалы, отражающие актуальные проблемы теории и практики современной психологии, возрастной психологии и психологии развития, особенностей социокультурного развития личности в рамках образовательной среды, а также актуальные проблемы психологии служебной деятельности.

Адресован преподавателям вузов, научным сотрудникам, психологам, педагогам, студентам факультета психологии, а также всем заинтересованным.

УДК 3163/.4(063)+316.6(063)+159.9(063)

ББК 60.561.9я43+88.5я43+88я43

ISBN 978-5-00226-002-7 (ч. 1)
ISBN 978-5-00226-001-0 (общ.)

© Оформление. ФГБОУ ВО «НГПУ», 2023

От редакторов

В современных условиях России проблема социокультурного самоопределения человека является особо значимой. В настоящее время человек живет в мире глобальных цивилизационных и социокультурных сдвигов традиционных систем ценностей и характера отношений между людьми. Это создает предпосылки для возникновения различных поведенческих, личностных и психологических феноменов, требующих осмысления, понимания, оценки и объяснения или, по крайней мере, хотя бы их обозначения.

Этим и объясняется широта проблематики конференции, одним из существенных результатов которой стало выявление тех действительных проблем, с которыми сталкивается и живет наш современник и общество в целом. Отсюда – выраженная практико-ориентированная направленность докладов участников конференции (глобальные процессы, происходящие в современной культуре, проблемы развития и становления личности, ее индивидуальности, ценностных ориентаций, ответственности, поиска смысла жизни, проблемы отчуждения и нарастающей агрессивности и враждебности, деструктивного поведения, изменение образовательных стратегий и пр.).

Данное издание включает в себя материалы теоретического и практического характера, отражающие результат работы трех секций IX Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Социокультурные проблемы современного человека», содержание которых свидетельствует о высокой ориентированности участников на практику психологической помощи и поддержки человека в научной сфере, сфере образования, возрастной психологии и психологии служебной деятельности. Структуру сборника составляют несколько разделов, отражающих научные взгляды профессорского-преподавательского состава ФГБОУ ВО «НГПУ», различных регионов России, ближнего и дальнего зарубежья, а также публикации аспирантов, магистров, курсантов и студентов.

Отзывы, предложения, пожелания будем рады получить по адресу:

630126, г. Новосибирск, ул. Вилюйская 28, кафедра общей психологии и истории психологии, факультет психологии, e-mail: fp-korip@nsru.ru

Н. Я. Большунова

доктор психологических наук,
профессор кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

Т. В. Белашина

кандидат психологических наук,
доцент кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ТЕОРИИ И ПРАКТИКИ СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ

УДК 159.9

Аганин Константин Алексеевич

*студент 3 курса, направление «Психология», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
г. Новосибирск, Россия*

К ВОПРОСУ О САМООЦЕНКЕ В ОТЕЧЕСТВЕННОЙ И ЗАРУБЕЖНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Аннотация. В статье рассмотрены некоторые особенности самооценки современного человека, а также подходы к ее пониманию как в отечественной, так и зарубежной психологии. Целью работы является изучение классического понимания самооценки в отечественной и зарубежной психологии. В работе использован метод контент-анализа, осуществлены анализ и синтез информации по исследуемой проблематике, описаны их результаты. Кратко рассмотрена проблема размытия терминологического аппарата в психологии, вызванная привнесением непсихологического знания непсихологами посредством написания книг и пособий на психологические темы. Исследованы основные классические подходы к пониманию самооценки.

Ключевые слова: самооценка, отечественная психология, зарубежная психология, структура личности, самоотношение.

Aganin Konstantin Alekseevich

*3rd year Student, direction "Psychology", Faculty of Psychology,
Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia*

TO THE QUESTION OF SELF-ESTEEM IN NATIVE AND FOREIGN PSYCHOLOGY

Abstract. The article considers some features of the self-esteem of a modern person, as well as some approaches to its understanding, both in domestic and foreign psychology. The purpose of this work is to study the classical understanding of self-esteem in domestic and foreign psychology. When writing this article, the content analysis method was used. As a result of this article, results were achieved in the analysis and synthesis of information on this issue, the results of which are described in the text of the article, and also touched upon the problems of blurring the terminological apparatus in psychology in connection with the introduction of non-psychological knowledge into psychology through the writing of books and manuals on psychological topics for the general masses by non-psychologists. The main classical approaches to understanding self-esteem are considered.

Keywords: self-esteem, domestic psychology, foreign psychology, personality structure, self-relationship.

Социокультурные изменения конца XX, начала XXI вв. принесли с собой значительные перемены в жизни людей. На этом фоне наблюдается изменения в субъективной оценке своей личности [2,5].

Эти изменения несут характер усиления интереса к собственной психике и внутреннему миру у людей, не имеющих к психологии, как к науке, прямого

отношения [3, 6]. Такое понимание психологии является тем, что мы называем «житейской психологией» и оно приводит к размытию терминологического аппарата, но не отвечает требованиям научного понимания данных явлений, что приводит к осложнению в соотнесении понятия «самооценка», в частности.

В данной статье мы рассмотрим классические подходы к этому понятию.

В контексте зарубежной психологии мы рассмотрим положения о самооценке С. Куперсмита и М. Розенберга.

Так С. Куперсмит [7] рассматривает самооценку с точки зрения установки личности на специфичный объект «Я», как понимание личной ценности, проявляющееся в прошлых поступках и действиях, которые оцениваются не только самим индивидом, но и его окружением. Так самооценка является не только количественным, но и качественным состоянием.

М. Розенберг [8], в свою очередь, рассматривает самооценку человека как установку личности, которая может быть, как положительной, так и отрицательной в зависимости от чувства самоуважения и чувства собственной ценности внутри своего Я. Человек с низкой самооценкой, по мнению М. Розенберга, не принимает себя и негативно настроен к своей личности.

Таким образом, в рассмотренных работах, зарубежные авторы говорят о самооценке как о оценке индивидом своего опыта и уважения своей личности и принятии своих поступков.

В отечественной психологии мы рассмотрим работы касающиеся самооценки за авторством В. В. Столина и И. С. Кона.

Так в своих работах В.В. Столин [4] говорит о различии в образе Я знаний о себе в виде выраженности личностных черт и устойчивое отношение личности к ним. Самоотношение рассматривается в виде трёх осей «симпатия-антипатия», «уважение-неуважение» и «близости-изоляция». Каждая ось выстраивается на сличении с некими внутренними эталонами для личности.

И.С. Кон [1] рассматривает самооценку как когнитивную подструктуру функцией которой является анализ предыдущего опыта и получение на основе данной информации материала для синтеза субъективного внутреннего знания личности о себе.

Таким образом, в представленных работах, отечественные авторы рассматривают самооценку как некое образование, которое формируется на базе опыта и эталонов, но не являющееся их суммой. Самооценка является обобщенной и усреднённой, под конкретную личность, структурой предопределяющую дальнейшее развитие личности в том или ином ключе.

Исходя из вышесказанного в отечественной и зарубежной психологии, авторы говорят о самооценке как о оценке индивидом своего опыта и уважения своей личности и принятии своих поступков, а также как некое образование, которое формируется на базе опыта и эталонов, но не являющееся их суммой. Самооценка является обобщенной и усреднённой, под конкретную личность, структурой предопределяющую дальнейшее развитие личности в том или ином ключе.

Список литературы

1. *Кон И. С.* В поисках себя. Личность и ее самосознание. М.: Политиздат, 1984.
2. *Лесникова А. А., Куприянова С. Г.* Самооценка и ее роль в формировании личности // Юный ученый. 2021. № 5 (46). С. 88–90.
3. *Михеева О.* Самооценка на миллион: Система практик для обретения уверенности в себе. Книга для саморазвития. Ростов на/Д: Феникс, 2022. 95 с.
4. *Столин В. В.* Самосознание личности. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1983.
5. *Струк Л. А.* Исследование самооценки подростков // Молодой ученый. 2022. № 22 (417). С. 655–659.
6. *Форен К. (Caroline Foran)* Уверенность. Внятное руководство по избавлению от страхов, комплексов и тревог. М.: Альпина Паблишер, 2022. 240 с.
7. *Coopersmith S.* The antecedents of self-esteem. San Francisco, 1967.
8. *Rosenberg M.* Society and adolescent self-image. N. Y., 1999.

Научный руководитель – *А. А. Александрова*,
ст. преподаватель кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

УДК 316.6

Аганин Константин Алексеевич

*студент 3 курса, направление «Психология», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
г. Новосибирск, Россия*

ОСОБЕННОСТИ ВЕРБАЛЬНОЙ КОММУНИКАЦИИ РАЗНЫХ НАРОДОВ

Аннотация. В статье рассмотрены некоторые особенности вербальной коммуникации разных национальностей, раскрывается понятие коммуникации и делается вывод о необходимости дальнейшего изучения этого явления в контексте различных народов.

Ключевые слова: коммуникация, вербальная коммуникация, особенности общения разных народов.

Aganin Konstantin Alekseevich

*3rd year Student, direction “Psychology”, Faculty of Psychology,
Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia*

THE PECULIARITIES OF VERBAL COMMUNICATION AMONG DIFFERENT PEOPLES

Abstract. The article examines some features of verbal communication of different nationalities, reveals the very concept of communication, and concludes that it is necessary to further study this phenomenon in the context of different peoples.

Keywords: communication, verbal communication, peculiarities of communication of different peoples.

Социокультурные изменения в современном мире, а также процесс глобализации и повсеместной урбанизации приводит к тому, что множество народов

и национальностей проживают в одних населённых пунктах, в контексте которых происходит их социальное взаимодействие, но изначально заложенные культуральные различия этих людей имеют влияние на их коммуникацию с другими индивидами [1].

Вербальная коммуникация – это процесс общения и передачи информации между людьми, который осуществляется самыми разнообразными средствами: письменная и устная речь, слушание и чтение. Устная и письменная речь используются в разработке текста, а слушание и чтение – в его восприятии, т.е. в понимании содержащейся в нём информации.

У различных народов в связи с их культуральными и этнографическими особенностями вербальная коммуникация имеет свою региональную специфику. Это касается построения фраз, дистанции общения, способности выделять в коммуникации главную цель, а также в эмоциональной наполненности общения.

Японцы отличаются целеустремлённостью и способностью жертвовать личными интересами ради общего блага, а также стремятся держать близкую дистанцию с собеседником, стараются своими словами никак не обидеть собеседника, при этом эмоциональная сфера коммуникатора остается скрытой от реципиента.

Китайцы в свою очередь при общении считают важным качеством настойчивость и терпение собеседников. При коммуникации с китайцами зачастую решение основного вопроса будет отложено на самый конец беседы.

У белого населения Северной Америки при общении упор устанавливается на максимально эффективное и быстрое изложение мыслей, а также они стараются дистанцироваться от собеседника.

В Восточной Европе население отличается пунктуальностью, своевременностью при назначении встреч, а также обладают чувством коллективизма, при общении держатся на среднем расстоянии от собеседника.

Французы в своём общении отличаются некоторым официозом и консерватизмом, при общении с собеседником держатся близко к собеседнику.

Население Германии особое внимание уделяют порядку и планированию своего времени и времени других людей, в связи с этим назначают встречи заранее и стараются проводить их на максимально высоком уровне. Соблюдают среднюю дистанцию между собеседниками.

В общении у англоязычного населения приветствуются такие темы, как путешествия, погода, работа, хобби и увлечения, но темы политики, заработка, вероисповедания, а также темы денег являются избегаемыми, в отличие от России, где данные темы являются предпочтительными в общении собеседников при их неформальных встречах.

В Латинской Америке население держится очень близко к собеседнику, что у европейцев может считаться вторжением в его личную зону комфорта и восприниматься как агрессия со стороны собеседника.

В испанском этикете нормированным считается обращение на «ты» вне зависимости от социальной позиции того, к кому обращаются, даже при первой встрече не принято обращение на «вы», даже несмотря на возрастные различия.

В некоторых случаях обращение на «вы» может вызвать возмущение собеседника. Но такое отношение в основном приветствуется у молодежи, которая считает это проявлением социального равенства, более старшее поколение считает это фактом фамильярности и нарушением этикета.

Также интерес представляет употребление такого зооморфизма как «топа» (обезьянка), что для русскоговорящих и англоязычных людей воспринимается как негативно окрашенное слово. В испанском языке это воспринимается как сугубо положительное слово в отношении женщины, означающее «красавица» и «дорогая».

У тюркско-монгольского населения Внутренней Азии и Сибири существуют три вербальные формы общения: молчание, иносказание и шепот. Это проявляется в разных областях культуры, как например, в общении с природой, в виде духов и божеств, и боязни перед ними, что может привести к смерти или неблагополучию в жизни как отдельного человека, так и всего племени, что является естественной реакцией, выработанной в условиях сурового окружающего климата. Подобные опасения распространяются и на социальные коммуникации, что регулирует социальные коммуникации членов общества. В кочевой культуре вербальные ограничения обоснованы ритуальным значением языка и отношением к каждому сказанному слову, которые на протяжении многих поколений оставались основными средствами хранения и передачи информации и способом познания окружающего мира.

Особенности коммуникаций, как и образ жизни разных народов формировались в течение многовекового развития, носили адаптивную функцию, и в настоящее время в значительной степени характеризуют менталитет народа. Способы вербальных коммуникаций у разных народов мира, которые имеют множество особенностей, необходимо учитывать во время общения с их представителями, а также заниматься дальнейшим анализом и синтезом накопленной информации об этих особенностях, которые являются важными маркерами в межнациональном общении индивидов.

Список литературы

1. Дурных Е. А. Анализ особенностей вербального и невербального взаимодействия у разных народов [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-osobennostey-verbalnogo-i-neverbalnogo-vzaimodeystviya-u-raznyh-narodov/viewer> (дата обращения: 18.05.2023).
2. Особенности вербальной коммуникации в межкультурной среде [Электронный ресурс]. URL: <https://studfile.net/preview/2023082/page:6/> (дата обращения: 18.05.2023).
3. Содномпилова М. М. Вербальные ограничения в коммуникации тюркских и монгольских народов Внутренней Азии [Электронный ресурс]. URL: https://www.elibrary.az/docs/jurnal/jrn2020_560.pdf (дата обращения: 18.05.2023).

Научный руководитель – *М. Г. Чухрова*,
д-р мед. наук, проф. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

Андронникова Ольга Олеговна

*кандидат психологических наук, доцент, декан факультета психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
andronnikova_69@mail.ru, г. Новосибирск, Россия*

ПОЛИВИКТИМИЗАЦИЯ ЛИЧНОСТИ: ФАКТОРЫ УЯЗВИМОСТИ И ФАКТОРЫ УСТОЙЧИВОСТИ

Аннотация. Статья посвящена явлению поливиктимизации, которая рассматривается как одновременное переживание разных форм насилия. Цель статьи – теоретический анализ исследований поливиктимизации. Обсуждаются последствия поливиктимизации раннего возраста для психического здоровья и адаптированности человека. Отмечаются в качестве последствий поливиктимизации изменения личностного и психоэмоционального плана, в том числе негативной самоатрибуции, вероятность возникновения психической травмы. Прослеживается связь между переживанием травмирующих событий и появлением клинических симптомов у детей и подростков. Обозначено влияние поливиктимизации на развитие высших психических процессов, определяющих тип реагирования на угрозы в дальнейшем. Рассмотрена концепция устойчивости, позволяющая объяснить способность личности сохранять позитивную адаптацию в ситуации виктимизации. Описаны факторы уязвимости и факторы защиты.

Ключевые слова: поливиктимизация, последствия насилия, полижертва, дети и подростки, устойчивость, факторы уязвимости, факторы защиты.

Andronnikova Olga Olegovna

*Candidate of Psychological Sciences, Assistant Professor, Dean of the Faculty
of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University,
andronnikova_69@mail.ru, Novosibirsk, Russia*

POLYVICTIMIZATION OF PERSONALITY: FACTORS OF VULNERABILITY AND FACTORS OF RESILIENCE

Abstract. This article is devoted to the phenomenon of polyvictimization, which is considered as the simultaneous experience of different forms of violence. The purpose of this article is a theoretical analysis of polyvictimization studies. The consequences of early age polyvictimization for mental health and human adaptability are discussed. It is noted as the consequences of polyvictimization of changes in the personal and psycho-emotional plan, including negative self-attribution, the likelihood of mental trauma. The relationship between the experience of traumatic events and the appearance of clinical symptoms in children and adolescents has been noted. The influence of polyvictimization on the development of higher mental processes that determine the type of response to threats in the future is indicated. The concept of stability is considered, which makes it possible to explain the ability of a person to maintain positive adaptation in a situation of victimization. Vulnerability factors and protection factors are described.

Keywords: polyvictimization, consequences of violence, polyvictim, children and adolescents, resilience, vulnerability factors, protection factors.

Поливиктимизация — это термин, который используется для описания подверженности нескольким типам виктимизации [6]. В отличие от «повторной виктимизации», которая относится к повторным переживаниям одного типа вик-

тимизации (например, множество случаев физического насилия), явление поливиктимизации связано с одновременным возникновением различных форм насилия (например, издевательства в школе и жестокое обращение дома) [7].

В психологии развития уже сформировано представление о том, что множественные стрессоры комбинируются и накапливаются, приводя к более пагубным и менее обратимым последствиям. D. Finkelhor, R. K. Ormrod, H. A. Turner (2007) отмечает, что после определенного порога виктимизации защитный копинг ребенка может распространиться практически на все его межличностные контексты, приводя к возникновению негативной самоатрибуции и самообвинению, как важному компоненту травмы виктимизации [6]. Еще один значимый механизм возникновения негативной самоатрибуции связан с попыткой справиться с унижением и гневом.

Понимание динамики виктимизации требует также понимания того, что вовлечение жертвы в виктимизацию в нескольких ролях в значительной степени усиливает возникновение симптомов психической травмы [6; 7]. Среди максимально часто встречающихся последствий поливиктимизации D. Finkelhor с коллегами выделяют риск серьезных психосоциальных нарушений, таких как тревога, депрессия, гнев, посттравматический стресс и проблемы делинквентного поведения [6].

Поливиктимизация возникающая в периоды раннего развития, по мнению ряда зарубежных исследователей, может иметь серьезные и потенциально пожизненные биопсихосоциальные последствия [1; 11]. В настоящий момент в зарубежной науке выделяются два подхода к исследованию множественной виктимизации: кумулятивный подход, рассматривающий комплексное воздействие различных типов виктимизации и выделяющего типы травматических воздействий вызывающих ухудшение состояния сверх кумулятивного воздействия, и подход категориальной перспективы, который идентифицирует лиц, классифицирующийся как полижертвы, через пороговые значения степени виктимизации или через наличие взаимоисключающих профилей типов виктимизации при помощи использования личностно-ориентированных методов статистического анализа [7].

Вопросы влияния поливиктимизации в раннем детстве особенно активно обсуждаются в научной литературе [3; 14].

M. J. Briggs-Gowan с коллегами (2010) отмечали, что существует связь между воздействием потенциально травмирующих событий и клиническими проявлениями симптомов и расстройств у детей дошкольного возраста (депрессии, тревоги разлуки, посттравматический стресс, проблем с поведением) [3]. J. M. Nolan, C. S. Widom (2015), исследуя последствия жестокого обращения с детьми в приемных семьях, обнаружили особенно значимую связь между множественным жестоким обращением со стороны опекунов и деструктивным поведением детей при наличии проблем с управляющей функцией [14].

Поливиктимизация в подростковом возрасте, по мнению R.M.Cudmore, C. A. Cuevas, C. Sabina, (2017) достигает уровня «эпидемии» [5]. A. Segura, N. Pereda, G. Guilera, J. Abad (2016) выявляя влияние поливиктимизации на тяжесть

симптомов среди подростков, отмечают, что поливиктимизация является важным предиктором клинически выраженного нарушения правил поведения, проблем с мышлением и симптомов тревоги/депрессии [17]. При этом авторы подчеркивали, что сексуальная и кибервиктимизация значительно повышали выраженность замкнутого/депрессивного и агрессивного поведения и проблем с вниманием.

J. D. Ford, P. K. Kerig, N. Desai, J. Feigman (2016), исследуя риски посттравматического стрессового расстройства, диссоциативных симптомов, симптомов психической травмы у подростков в системе ювенальной юстиции, отмечает, что у подростков, являющихся полижертвами достоверно чаще наблюдаются перечисленные симптомы (посттравматического стрессового расстройства, диссоциативных расстройств, признаки психической травмы), которые коррелируют с эмоциональными, поведенческими проблемами и проблемам самоповреждения [8]. Особенно остро вопросы последствий поливиктимизации в подростковом возрасте стоят для девочек, так как, по мнению исследователей, в качестве последствий наблюдается риск суицидального поведения [12; 19], диссоциация [23] и низкий уровень воспринимаемой самооценки [18]. Особенно велик риск последствий поливиктимизации для девочек, в случае если они не имеют буферной защиты пребывания в стабильной семье с низким уровнем неблагополучия.

J. D. Ford, B. C. Delker (2018) в своем анализе последствий поливиктимизации отмечают взаимосвязь между поливиктимизацией и правонарушениями [7]. По мнению авторов, поливиктимизация тесно связана с двумя явлениями – с подавлением эмоций (т. е. оцепенением и бесчувственностью) и с эмоциональной дисрегуляцией (т. е. диссоциацией и пограничными чертами), а через них с серьезными правонарушениями — в равной степени для мальчиков и девочек. Однако взаимосвязь с правонарушениями у девочек и мальчиков различна: у мальчиков правонарушения связаны в основном с эмоциональной дисрегуляцией (пограничными чертами личности, бездушием, бесчувственностью), тогда как у девочек чаще с эмоциональной закрытостью, хотя дисрегуляция также выступает основой правонарушений [7].

Достаточно много исследований, связывающих поливиктимизацию с психическими расстройствами [4; 15]. R. C. Kessler, K. A. McLaughlin, J. G. Green, M. J. Gruber, N. A. Sampson, A. M. Zaslavsky с соавторами (2010) в своем исследовании сравнивали двенадцать дихотомически оцененных детских невзгод, произошедших в возрасте до 18 лет (в том числе межличностные потери (родительская смерть, развод родителей, другое разлучение с родителями), родительскую дезадаптацию (психические заболевания родителей, злоупотребление психоактивными веществами, преступность, насилие), опыт жестокого обращения (физическое насилие, сексуальное насилие, пренебрежение) и другие невзгоды детства (угрожающее жизни респондента физическое заболевание, экономическое неблагополучие семьи) с психическими расстройствами [15]. Использование факторного анализа и моделирования были получены данные, позволяющие сделать вывод, что параметры неадекватного функционирования семьи связаны с высоким риском психических расстройств.

S.Collishaw, A. Pickles, J. Messer, M. Rutter, C. Shearer, B. Maughan (2007) исследуя влияние жестокого обращения на проблемы с психическим здоровьем в более позднем возрасте отмечают важность понимания положительной адаптации в ситуации кризиса, которую они рассматривают через концепцию устойчивости [4].

Особое внимание авторов привлекает влияние поливиктимизации на развитие высших психических процессов.

M. Teicher, J.Samson, C. Anderson с коллегами отмечают, что жестокое обращение в детстве, особенно поливиктимизация оказывает доминирующее влияние на траектории развития детского мозга и представляет собой основной фактор риска развития психопатологии у взрослых [20]. Изменения мозга, возникающие в результате жестокого обращения, по исследованиям авторов специфичны и зависят от типа и времени воздействия. Жестокое обращение «... уменьшает объем гиппокампа (особенно у взрослых), а также объем передней поясной извилины, вентромедиальной и дорсомедиальной коры; влияет на развитие основных волоконных путей (включая мозолистое тело, верхний продольный пучок, крючковидный пучок и поясной пучок); и, по-видимому, изменяет развитие сенсорных систем, которые обрабатывают и передают стрессовые переживания» [20, с 652]. Кроме того, наблюдаются изменения миндалин и вентрального полосатого тела, определяющие реакции в обнаружении угроз, эмоциональной регуляции и ожидании вознаграждения. Авторы обозначают, что подобные изменения, скорее всего, когда-то были фенотипическими адаптациями, которые повышали выживаемость видов и репродуктивный успех, однако связаны со значительными медицинскими и психиатрическими последствиями [20].

J. D. Ford, B.C. Delker (2018) отмечают, что травматическая виктимизация приводит к противоречивым изменениям внимания и поведения, которое с одной стороны демонстрирует гипербдительность к потенциальным угрозам, а с другой – отсутствие осознание обстановки, ситуаций или сигналов, связанных с угрозой или опасностью [7]. Данное противоречие было разъяснено D. S. Pine (2007), представившим концептуальную основу последствий воздействия угрозы на развитие, схемы мозга, тревожность и связанных с ней нейронных цепях [16]. В основу объяснения противоречия легла концепция всеохватывающей тенденции к озабоченности угрозой, включающей избирательное внимание, направленное на сигналы, связанные с угрозой. Однако при расстройствах, при которых тревога играет главную роль, внимание фокусируется таким образом, чтобы угрозы не замечать. Дифференцирующую роль в данном случае, по мнению J. D. Ford и B.C. Delker (2018), играет количество одновременных насильственных воздействий (поливиктимизация). Так исследование S. Herzog (2020) показывает, что женщины, пережившие один тип виктимизации, демонстрировали смещение внимания к сигналам, связанным с угрозой (т. е. сверхбдительность), в то время как женщины, подвергшиеся поливиктимизации, демонстрировали смещение внимания к сигналам, связанным с угрозой (т. е. избегание) [13]. Этот потенциальный сдвиг имеет сходную картину, с наблюдаемым у взрослых посттравматическим

стрессовым расстройством с подпороговым (т. е. сверхбдительностью) или клиническим (т. е. избеганием угрозы) уровнем [21]. Это означает, что поливиктимизация может выступать основой для возникновения риска сложной посттравматической дисрегуляции.

Рассматривая вопросы влияния поливиктимизации на жизнь и здоровье человека необходимо отметить, что есть не только факторы уязвимости, повышающие риск дезадаптации, но и факторы защиты, позволяющие преодолевать последствия виктимизации [9]. S. Collishaw, A. Pickles, J. Messer, M. Rutter, C. Shearer, B. Maughan (2007) отмечают, что не все дети, подвергшиеся жестокому обращению, в более позднем возрасте имеют проблемы с психическим здоровьем. Изучение защитных факторов, позволяющих преодолевать последствия виктимизации, опирается на концепцию устойчивости. Устойчивость в широком смысле определяется как позитивная адаптация перед лицом серьезных невзгод, и исследования были сосредоточены на выявлении факторов, которые могут способствовать позитивной адаптации после ее воздействия или смягчают ее негативное воздействие [10].

Авторы подчеркивают наличие множества механизмов, объясняющих положительные жизненные траектории, которые выбирают люди, несмотря на множественные ситуации пережитого насилия. Устойчивое функционирование, по мнению авторов, возникает в результате взаимодействия наследственных факторов, индивидуальных характеристик и межличностных факторов [10]. Все это связано с индивидуальной изменчивостью реакции на жестокое обращение.

Рассматривая индивидуальные характеристики, способствующие увеличению устойчивости, исследователи выделяют когнитивные способности, когнитивные стили и личностные факторы (высокая самооценка, внутренний локус контроля, внешнее приписывание вины, индивидуальные стратегии выживания, высокая внутриличностная эмоциональная компетентность, определяемая как способность идентифицировать и регулировать собственные эмоции) [10; 22]. К семейным факторам, увеличивающим устойчивость относятся: родительская чувствительность, материнская теплота, забота, сплоченность семьи и безопасность домашней обстановки [22]. Мало того, доступность эмоциональной поддержки во время жестокого обращения усиливает способность человека получать поддержку от других во взрослом возрасте, тем самым способствуя устойчивому функционированию. Как еще один важный фактор можно назвать способность формировать, поддерживать и извлекать пользу из хороших межличностных отношений [2].

Таким образом, насилие в детском возрасте связано с долгосрочными негативными последствиями для физического, психического и репродуктивного здоровья, снижением успеваемости, плохим социальным и когнитивным функционированием и изменениями в развитии мозга. Достаточно часто следствием насилия становится рискованное и аддиктивное поведение, такое как курение, употребление алкоголя и наркотиков, сексуальный риск.

Это опосредует необходимость вмешательств в отношении жертв, которое должно быть сосредоточено как на факторах уязвимости, так и на факторах защи-

ты. Крайне важно в рамках психологического вмешательства работать с тревогой, чувством беспомощности и самообвинения, свойственными жертвам насилия. Необходимо развивать чувство свободы воли, активное преодоление трудностей и поощрение создания положительного смысла. Не менее важно поддержание позитивных отношений с родителями у детей, переживших виктимизацию, установление надежной привязанности, которые оказывают благотворное влияние на многие аспекты развития и обеспечивают защиту от жизненных невзгод.

Список литературы

1. Andersen J. P., Hughes T. L., Zou C., Wilsnack S. C. Lifetime victimization and physical health outcomes among lesbian and heterosexual women // PLoS One. 2014. Vol. 9, № 7. P. e101939. doi:10.1371/journal.pone.0101939
2. Bolger K. E., Patterson C. J. Sequelae of child maltreatment: Vulnerability and resilience // Luthar S. S. (Ed.), Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities. Cambridge University Press, 2003. P. 156–181. doi:10.1017/CBO9780511615788.009
3. Briggs-Gowan M. J., Carter A. S., Clark R., Augustyn M., McCarthy K. J., Ford J. D. Exposure to potentially traumatic events in early childhood: Differential links to emergent psychopathology // Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines. 2010. Vol. 51, № 10. P. 1132–1140. doi:10.1111/j.1469-7610.2010.02256.x
4. Collishaw S., Pickles A., Messer J., Rutter M., Shearer C., Maughan B. Resilience to adult psychopathology following childhood maltreatment: evidence from a community sample // Child abuse & neglect. 2007. Vol. 31, № 3. P. 211–229. doi:10.1016/j.chiabu.2007.02.004
5. Cudmore R. M., Cuevas C. A., Sabina C. The impact of polyvictimization on delinquency among Latino adolescents: A general strain theory perspective // Journal of Interpersonal Violence. 2017. Vol. 32. P. 2647–2667. doi:10.1177/0886260515593544
6. Finkelhor D., Ormrod R. K., Turner H. A. Poly-victimization: A neglected component in child victimization // Child Abuse & Neglect. 2007. Vol. 31, № 1. P. 7–26. doi:10.1016/j.chiabu.2006.06.008
7. Ford J. D., Delker B. C. Polyvictimization in childhood and its adverse impacts across the lifespan: Introduction to the special issue // Journal of trauma & dissociation: the official journal of the International Society for the Study of Dissociation (ISSD). 2018. Vol. 19, № 3. P. 75–288. doi:10.1080/15299732.2018.1440479
8. Ford J. D., Kerig P. K., Desai N., Feierman J. Psychosocial interventions for traumatized youth in the juvenile justice system: Clinical, research, and legal perspectives // Journal of Juvenile Justice. 2016. Vol. 5. P. 31–49.
9. Freitas D. F., Fernandes-Jesus M., Ferreira P. D., Coimbra S., Teixeira P. M., de Moura A., Gato J., Marques S. C., Fontaine A. M. Psychological correlates of perceived ethnic discrimination in Europe: A meta-analysis // Psychology of Violence. 2018. Vol. 8, № 6. P. 712–725. doi: 10.1037/vio0000215
10. Freitas D. F., Mendonça M., Wolke D., Marturano E. M., Fontaine A. M., Coimbra S. Resilience in the face of peer victimization and perceived discrimination: The role of individual and familial factors // Child abuse & neglect. 2022. Vol. 125. P. 105492. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2022.105492>
11. Grasso D. J., Dierkhising C. B., Branson C. E., Ford J. D., Lee R. Developmental patterns of adverse childhood experiences and current symptoms and impairment in youth referred for trauma-specific services // Journal of Abnormal Child Psychology. 2016. Vol. 44, № 5. P. 871–886. doi:10.1007/s10802-015-0086-8
12. Grigorenko E. L., Sullivan T., Chapman J. An investigation of gender differences in a representative sample of juveniles detained in Connecticut // International Journal of Law and Psychiatry. 2015. Vol. 38. P. 84–91. doi:10.1016/j.ijlp.2015.01.011
13. Herzog S. A Multi-Method Examination of Altered Threat. Responding in Adults with Childhood Polyvictimization. Preprint, 2020.

14. *Horan J. M., Widom C. S.* Cumulative childhood risk and adult functioning in abused and neglected children grown up // *Development and Psychopathology*. 2015. Vol. 27, № 3. P. 927–941. doi:10.1017/S095457941400090X
15. *Kessler R. C., McLaughlin K. A., Green J. G., Gruber M. J., Sampson N. A., Zaslavsky A. M.* et al. Childhood adversities and adult psychopathology in the WHO world mental health surveys // *Br J Psychiatry*. 2010. Vol. 197, № 5. P. 378–85.
16. *Pine D. S.* Research review: A neuroscience framework for pediatric anxiety disorders // *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 2007. Vol. 48, № 7. P. 631–648. doi:10.1111/jcpp.2007.48.issue-7
17. *Segura A., Pereda N., Guilera G., Abad J.* Poly-victimization and psychopathology among Spanish adolescents in residential care // *Child Abuse & Neglect*. 2016. Vol. 55. P. 40–51. doi:10.1016/j.chiabu.2016.03.009
18. *Soler L., Kirchner T., Paretilla C., Fornis M.* Impact of poly-victimization on mental health: The mediator and/or moderator role of self-esteem. *Journal of Interpersonal Violence*. 2013. Vol. 28, № 13. P. 2695–2712. doi:10.1177/0886260513487989
19. *Soler L., Segura A., Kirchner T., Fornis M.* Polyvictimization and risk for suicidal phenomena in a community sample of Spanish adolescents // *Violence and Victimology*. 2013. Vol. 28, № 5. P. 899–912. doi:10.1891/0886-6708.VV-D-12-00103
20. *Teicher M. H., Samson J. A., Anderson C. M., Ohashi K.* The effects of childhood maltreatment on brain structure, function and connectivity // *Nature reviews. Neuroscience*. 2016. Vol. 17, № 10. P. 652–666. doi:10.1038/nrn.2016.111
21. *Thomas C. L., Goegan L. D., Newman K. R., Arndt J. E., Sears, C. R.* Attention to threat images in individuals with clinical and subthreshold symptoms of post-traumatic stress disorder // *Journal of Anxiety Disorders*. 2013. Vol. 27, № 5. P. 447–455. doi:10.1016/j.janxdis.2013.05.005
22. *Ungar M.* Designing resilience research: Using multiple methods to investigate risk exposure, promotive and protective processes, and contextually relevant outcomes for children and youth // *Child abuse & neglect*. 2019. Vol. 96. P. 104098. doi:10.1016/j.chiabu.2019.104098
23. *Zona K., Milan S.* Gender differences in the longitudinal impact of exposure to violence on mental health in urban youth // *Journal of Youth and Adolescence*. 2011. Vol. 40, № 12. P. 1674–1690. doi:10.1007/s10964-011-9649-3

УДК 159.9.07

Булавина Екатерина Олеговна

*студентка 4 курса, специальность «Педагогика и психология девиантного поведения», специализация «Психолого-педагогическая профилактика девиантного поведения», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
bulavina200071@gmail.com, г. Новосибирск, Россия*

ПОСЛЕДСТВИЯ СЕМЕЙНО-БЫТОВОГО НАСИЛИЯ НАД ЖЕНЩИНАМИ В АСПЕКТЕ ИХ ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ

Аннотация. Статья посвящена проблеме домашнего насилия над женщинами. Особое внимание уделяется анализу этого феномена в психологической и юридической науках. Последствия пережитого насилия раскрываются в аспекте личностных особенностей жертв бытового абьюза.

Ключевые слова: домашнее насилие, семейно-бытовой абьюз, агрессор, жертва, ненадежные типы привязанности, механизмы защиты, личностные особенности женщин-жертв домашнего насилия.

Bulavina Ekaterina Olegovna

*4th year Student, specialty "Pedagogy and psychology of deviant behavior",
specialization "Psychological and pedagogical prevention of deviant behavior",
Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University,
bulavina200071@gmail.com, Novosibirsk, Russia*

THE CONSEQUENCES OF DOMESTIC VIOLENCE AGAINST WOMEN THROUGH THE PRISM OF THEIR PERSONAL CHARACTERISTICS

Abstract. The article is devoted to the problem of domestic violence against women. Special attention is paid to the analysis of this phenomenon in psychological and legal sciences. The consequences of the violence experienced are revealed through the prism of the personal characteristics of the victims of domestic abuse.

Keywords: domestic violence, domestic abuse, aggressor, victim, unreliable attachment types, protection mechanisms, personal characteristics of female victims of domestic violence.

Современное общество развеивает мифы о насилии: уже принято ставить под сомнение фразы «Бьет – значит, любит», «Худой мир лучше доброй ссоры», «Агрессия – это проявление силы и мужества», «Милые бранятся — только тешатся». В свою очередь, на Российском федеральном канале в 2022 году вышло реалити-шоу «Рабы любви», в котором зрители могут проследить путь исцеления девушек, пострадавших от жестокости [13], множество знаменитых личностей рассказывают о перенесенном опыте, а ведущие различных шоу приглашают незнакомцев, которые делятся подробностями своей жизни, чтобы общество могло сказать: «Да, такое тоже бывает!». Несмотря на большое «оживление» вокруг данной темы, проблема насилия до сих пор остается табуированной – она вызывает ступор, шок, отрицание, недоверие, сложно найти подходящие слова и выбрать «правильную» реакцию.

Статистическая разрозненность обусловлена отсутствием закона, который классифицировал бы чьи-либо действия как домашнее насилие. М. В. Гаранович отмечает, что малолетние и несовершеннолетние находятся под эгидой ювенальной юстиции и Конвенции о правах ребенка в семейной и общественной системах, однако «женщины, пенсионеры и инвалиды остаются подверженными различным формам семейно-бытового насилия» [6, с. 180], сталкиваясь с необходимостью искать защиту, привлекая Уголовный кодекс и Кодекс об административных правонарушениях РФ.

Данные, полученные ВОЗ от марта 2021 г., свидетельствуют о том, что каждая третья женщина в течение жизни сталкивалась с физическим или сексуализированным насилием со стороны интимного партнера, причем за последнее десятилетие этот показатель практически не изменился [5]. Пугающим является факт, что для насилия характерно раннее начало: каждая четвертая женщина (в возрасте 15–24 лет), когда-либо состоявшая в отношениях, по достижении 25 лет уже имеет опыт насилия со стороны эмоционально значимого лица.

В августе этого же года консорциум женских НПО опубликовал результаты исследования, проведенного с помощью специально созданной программы «Алгоритм Света», которая анализировала приговоры, вынесенных преступникам по ст. 105 УК РФ (Убийство), ст. 107 УК РФ (Убийство в состоянии аффекта), ст. 111 ч. 4 УК РФ (Умышленное причинение тяжкого вреда здоровью) с 2011 по 2019 год. Так, было выявлено, что ежегодно почти 65,8% убитых женщин погибли от рук эмоционально значимого человека в домашней обстановке [8]. Таким образом, данная тема является актуальной и требует дополнительного освещения и эмпирического исследования.

Официальные данные о домашнем насилии в России носят разрозненный характер по нескольким причинам: жертва либо не обращается в правоохранительные органы с заявлением, либо забирает его, либо частично органы власти перекалвалифицируют состав преступления в административные правонарушения.

Для того чтобы разобраться в проблеме считаем необходимым уточнить терминологию не только психологическую, но и юридическую. В психологической науке под семейным или домашним насилием понимают такое поведение близкого человека, целью которого является получение власти и контроля [12]. Е.Н. Возмилкина особое внимание уделяет видам насилия и их характеристикам, понимая, что это повторяющийся и увеличивающийся цикл «физического, словесного, экономического или сексуального оскорбления, власти и контроля одного человека над другим» [4, с. 194].

В настоящей работе под «домашним насилием» мы будем понимать особую систему отношений эмоционально значимых друг для друга людей на протяжении длительного времени, которая сопровождается причинением физического, психологического и психического вреда с целью получения какой-либо выгоды: власти, контроля и удовольствия. Причем жестокие действия могут быть прямыми (физическое, эмоциональное, экономическое, сексуализированное насилие), так и косвенными (в случае, если жертва – свидетель насилия).

Относительно юридической стороны проблемы, подчеркнем, что в Российском законодательстве отсутствуют как термины «семейно-бытовое насилие» или «домашнее насилие», так и закон, устанавливающий ответственность за эти деяния. Мы соотнесли актуальные нормативные документы с формами домашнего насилия, результаты представлены в таблице (табл. 1).

**Сопоставление действующих нормативно-правовых документов
с формами домашнего насилия**

Вид насилия по отношению к совершеннолетним	Статьи УК РФ [2]	Статьи КоАП РФ [1]
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
Физическое насилие	<p>Убийство (ст. 105 УК РФ).</p> <p>Убийство, совершенное в состоянии аффекта (ст. 107 УК РФ).</p> <p>Причинение смерти по неосторожности (ст. 109 УК РФ).</p> <p>Умышленное причинение тяжкого вреда здоровью (ст. 111 УК РФ).</p> <p>Умышленное причинение средней тяжести вреда здоровью (ст. 112 УК РФ).</p> <p>Причинение тяжкого или средней тяжести вреда здоровью в состоянии аффекта (ст. 113 УК РФ).</p> <p>Умышленное причинение легкого вреда здоровью (ст. 115 УК РФ).</p> <p>Побои (ст. 116 УК РФ).</p> <p>Нанесение побоев лицом, подвергнутым административному наказанию или имеющим судимость (ст. 116. 1 УК РФ).</p> <p>Истязание (ст. 117 УК РФ).</p>	Побои (ст. 6.1.1 КоАП РФ).
Эмоциональное (психологическое насилие)	<p>Доведение до самоубийства (ст. 110 УК РФ).</p> <p>Склонение к совершению самоубийства или содействие совершению самоубийства (ст. 110.1 УК РФ).</p> <p>Умышленное причинение легкого вреда здоровью (ст. 115 УК РФ) – в случае, если эмоциональное насилие приводит к серьезным психическим расстройствам и травмам; угроза убийством или причинением тяжкого вреда здоровью (ст. 119 УК РФ).</p> <p>Нарушение неприкосновенности частной жизни (ст. 137).</p> <p>Нарушение тайны переписки, телефонных переговоров, почтовых, телеграфных или иных сообщений (ст. 138 УК РФ).</p>	<p>Оскорбления (ст. 5.61 КоАП РФ).</p> <p>Клевета (ст. 5.61.1 КоАП РФ).</p> <p>Дискриминация (ст. 5.62 КоАП РФ).</p>

1	2	3
Экономическое насилие	<p>Изнасилование (ст. 131 УК РФ) – в том случае, если экономическое насилие используется в качестве средства принуждения к сексуальным действиям; насильственные действия сексуального характера (ст. 132 УК РФ) – если экономическое насилие используется в качестве средства принуждения к непристойным действиям.</p> <p>Нарушение неприкосновенности жилища (ст. 139 УК РФ).</p> <p>Кража (ст. 158 УК РФ).</p> <p>Грабеж (ст. 161 УК РФ).</p> <p>Разбой (ст. 162 УК РФ).</p> <p>Принуждение к совершению сделки или к отказу от ее совершения (ст. 179 УК РФ).</p> <p>Заведомо ложный донос (ст. 306 УК РФ) – в том случае, если агрессор распространяет ложную информацию о жертве, приводящую к серьезным экономическим последствиям.</p> <p>Вымогательство (ст. 163 УК РФ).</p> <p>Причинение имущественного ущерба путем обмана или злоупотребления доверием (ст. 165 УК РФ).</p> <p>Неправомерное завладение автомобилем или иным транспортным средством без цели хищения (ст. 166 УК РФ); умышленные уничтожение или повреждение имущества (ст. 167 УК РФ). Посмотрите мою ссылку и расширьте</p>	<p>Нарушение правил пользования жилыми помещениями (ст. 7.21 КоАП РФ), если экономическое насилие связано с ограничением доступа к жилым помещениям или их условиям.</p> <p>Мелкое хищение (ст. 7.27 КоАП РФ);</p> <p>Уничтожение или повреждение чужого имущества (ст. 7.17 КоАП РФ)</p> <p>Получение дохода от занятия проституцией (ст. 6.12 КоАП РФ), если этот доход связан с занятием жертвы насилия проституцией.</p>
Сексуализированное насилие	<p>Изнасилование (ст. 131 УК РФ).</p> <p>Насильственные действия сексуального характера (ст. 132 УК РФ).</p> <p>Понуждение к действиям сексуального характера (ст. 133 УК РФ).</p> <p>Вовлечение в занятие проституцией (ст. 240 УК РФ).</p> <p>Организация занятия проституцией (ст. 241 УК РФ).</p> <p>Незаконные изготовление и оборот порнографических материалов или предметов (ст. 242 УК РФ).</p>	<p>Занятие проституцией (ст.6.11 КоАП РФ), если данное правонарушение совершается под воздействием агрессора.</p>

Часто эти виды насилия реализуются одновременно, усиливая друг друга. Так, L. Walker после проведенных многочисленных бесед с женщинами, пострадавшими от домашнего насилия, разработала теорию для объяснения поведения жертвы и агрессора в абьюзивных отношениях. Данная теория ориентировалась на модели «Цикл насилия», который имеет свои закономерности и характеристики [20]. Данная схема состоит из последовательно сменяющих друг друга стадий [там же]:

1. Эскалация конфликта. Проявляются вспышки вербальной агрессии, раздражительность, высмеивание, ограничение в каких-либо действиях, может быть обозначен запрет на эмоции потерпевшего/ей (в данном случае может проявляться эмоциональное и экономическое насилие).

2. Насильственный инцидент. Накопленная агрессия обретает открытую форму (в данном случае может проявляться физическое и сексуализированное насилие, которое «гармонично» сочетает в себе эмоциональный абьюз).

3. Примирение. Этот период характеризуется тем, что жертва и агрессор пытаются наладить отношения после случившегося. Несмотря на то, что потерпевшая сторона испытывает страх и недоверие к автору жестокого обращения, нередко примирение может происходить под давлением окружающих людей (в данном случае жертва может освоить роль агрессора, как бы «припоминая», используя психологическое насилие по отношению к агрессору).

4. «Медовый месяц». Отношения носят временной период, подкрепляемый эйфорическим эффектом. Агрессор в этот период может быть заботливым и внимательным, однако это укрепляет власть над потерпевшей стороной (эмоциональное насилие может применяться с помощью манипуляций как жертвы, так и агрессора).

Безусловно, продолжительное пребывание в отношениях, которые характеризуются жестокими действиями, серьезно ущемляют основные права человека и нарушают их, деформируют личностный профиль.

Так, А. А. Семерикова, Н. Р. Анисимова отмечают, что на формирование виктимного поведения оказывает значительное влияние особенности ранней социализации [15], связанные с опытом пренебрежения, жестокости, обесценивания и депривационными условиями жизни. Причем Д. П. Селани подчеркивает, что именно эти факторы не позволяют в полной мере развиваться «ЭГО» – аспекту человеческой личности, «ответственному за самооценку и видение себя самого и окружающих» [14, с. 9], а также включающему в себя эмоциональные и когнитивные навыки, которые в последующем представляют собой основу формирования зрелой личности.

В ходе экспериментального исследования, проводимого Л. В. Шукшиной, у потерпевших были диагностированы: выученная беспомощность, пассивность, диссоциация как возможность «расщеплять» негативные эмоции и переживания, раздражительность, тревожность, ненависть и депрессия [19]. С. Форвард и К. Бак акцентируют внимание на особенностях эмоциональной сферы жертв домашнего насилия, которая характеризуется наличием алекситимии, не позволяющая им

идентифицировать, ощущать и обозначать свои эмоции, а также эмоции окружающих, вследствие работы механизмов психологических защит [18].

М. А. Качаева, Е. Г. Дозорцева, Е. В. Нуцкова, обобщая исследования зарубежных и отечественных авторов, пришли к выводу, что пережитый опыт насилия непосредственно влияет на все сферы жизни потерпевшей стороны. Так, у жертв могут возникать острые реакции на стресс (F43.0), депрессивные реакции (F43.2), фобические тревожные расстройства (F40), ПТСР (F43.1), смешанное расстройство эмоций и поведения (F43.25) [7].

Нэнси Мак-Вильямс, характеризуя теорию объектных отношений, под личностью понимает «устойчивые паттерны поведения или бессознательного побуждения других к поведению, подобному прожитым объектам раннего детства» [10, с. 62]. Мы отводим ранним диадным отношениям матери и ребенка важную роль, особенности которых обуславливают качество отношений во взрослом возрасте, связанные с потребностью в установлении близости (интимности).

Дж. Боулби считал, что поведение фигуры привязанности «играет ведущую роль в определении паттерна привязанности, который впоследствии формируется у ребенка» [3, с. 105]. М. Л. Мельникова под привязанностью понимает «особую аффективную связь, направленную на сохранение близости между двумя индивидами» [11, с. 10]. Именно эта «невидимая нить» является необходимым условием для сохранения психического здоровья детей в младенческом и раннем детстве.

Проведено пилотажное исследование по выявлению их личностных особенностей на базе кризисного центра «Надежда» г. Новосибирск. Эмпирическую выборку составили 5 человек женщин-жертв семейно-бытового абьюза, средний возраст испытуемых 30 лет.

Для исследования использовались следующие эмпирические методы: анкетирование; тестирование; статистическая обработка данных; рисуночные проективные методы; интерпретационные методы: качественный и количественный анализ эмпирических данных.

Перечень использованных методик:

1. Тест Мини-СМИЛ, разработанный Л. Н. Собчик [16],
2. Торонтская алекситимическая шкала, TAS-20 R в адаптации Е. Г. Старостиной и др. [17],
3. Проективная методика рисунок «Мать и дитя» в диагностике привязанности М.Л. Мельниковой [3],
4. Диагностика привязанности: методика «Рисунок гнезда» Е. В. Куфтяк [9].

Для проведения математико-статистической обработки данных использовался непараметрический критерий ранговой корреляции R-Спирмена.

Проведенное анкетирование показало следующие результаты:

Женщины пострадали от физического, психологического и экономического насилия. Главная цель прибытия в кризисном центре – отсутствие жилья и страх отбирания ребенка/детей органами опеки, а не обеспечение безопасности себе и ребенку.

60% респондентов имеют проблемы со сном, чувствуют общее недомогание (сильное сердцебиение, головокружение, потливость, ощущение кома в горле в повседневной обстановке).

60% респондентов также ощущают трудности в пищевом поведении (чувствуют не утоляемый повышенный аппетит и прибавление в весе).

Все респонденты чувствуют тревогу, нервозность, озабоченность, преобладание плохого настроения в течение дня, имеют сложности в понимании своих эмоций.

Для получения более подробной информации мы применили непараметрический критерий ранговой корреляции R-Спирмена (табл. 2, Рисунок).

Таблица 2

Значимые результаты корреляционного анализа между шкалами методик теста «Мини-СМИЛ» и торонтской алекситимической шкалы, TAS-20 R

Параметры	R-Спирмена	Ур. знач. (p)
Шкала коррекции и Индивидуалистичность/ Шизофрения	-0,89	0,05
Тревожность/Психастения и Трудности идентификации чувств	0,89	0,05
Шкала коррекции и Трудности описания чувств	-0,89	0,05
Трудности описания чувств и Трудности идентификации чувств	0,89	0,05
Трудности идентификации чувств и Общий уровень алекситимии	0,97	0,05

Полученные данные указывают, что женщины-жертвы домашнего насилия при желании скрыть свои эмоции, чувства, личностные особенности, наличие каких-либо проблем и конфликтов проявляют меньше спонтанности, индивидуальности и субъективного в высказывании, обладают низким творческим потенциалом, мечтательностью и не придаются фантазиям (поскольку нужно быть всегда начеку). Причем неискренность влияет на то, что респонденты испытывают меньше трудностей в описании своих чувств, настроения, переживаний. Это может указывать на формирование границ, высокую адаптивность за счет работ механизмов психологических защит – отрицания и вытеснения. Это коррелирует с высказываниями, которые произносились в процессе выполнения проективных методик («Я рисую хорошо, но психологические тесты на меня не действуют!», «У меня все хорошо!» и другое).

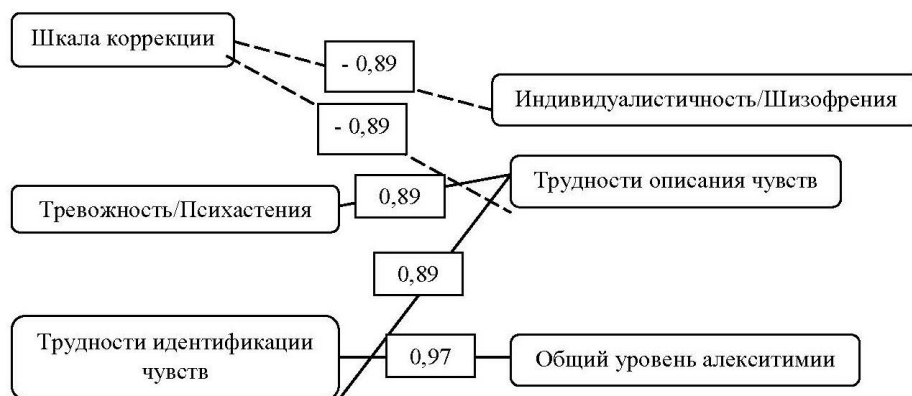


Рис. Корреляционная плеяда значимых взаимосвязей между шкалами методик теста «Мини-СМИЛ» и торонтской алекситимической шкалы, TAS-20 R

Обращаем внимание на то, что у респондентов при неуверенности в себе, нерешительности, стремлении избежать конфликтов, тенденции к повторной перепроверке своих действий, повышенном чувстве вины и тревожности, стремлении заслужить одобрение окружающих возникают сложности в эмоциональной сфере, а именно в описании, вербализации чувств, что оказывает влияние на общий уровень алекситимии.

Поскольку пережитый опыт насилия влияет на способность устанавливать или не устанавливать теплые и доверительные отношения, мы использовали рисуночные методики, направленные на изучение типа привязанности. Так, у всех респондентов диагностируется ненадежный тип привязанности. Заметим, что у 60% женщин мы выявили амбивалентный тип привязанности, который проявляется в полярности установления контакта с ребенком (потребность в контакте есть, однако ресурсов и опыта для реализации желания нет), образ матери представлен сугубо функциональными задачами матери. По результатам пострисуночного опроса можно выявить страх разлуки, одиночества и потери друг друга, которое выражается во фразе: «Они всегда будут вместе». 40% респондентов обладают избегающим типом привязанности, фигуры, на рисунке которых были изолированы друг от друга, а напряженный и резкий характер линий указывают на высокий уровень тревоги.

Результаты проективной диагностики установили наличие у испытуемых проявления инфантильных черт и желания вернуться в детство (лейтмотив – не осознавать и не чувствовать, переложив ответственность на других людей). Использование сильного нажима, штриховки во всех рисунках является признаком высокой тревоги. Главные герои рисунков характеризуются телесными искажениями, что указывает на замкнутость и неспособность устанавливать контакт с собой и с другими людьми.

Таким образом, проведенное пилотажное исследование показало, что женщины-жертвы домашнего насилия склонны к подавлению своих чувств, причем

неискренность и социальная адаптированность оказывают влияние на отсутствие проблем в описании своего настроения и переживаний за счет работы механизмов психологических защит. Также наблюдается высокий уровень тревоги, находящий отражение на физиологическое и эмоциональное состояние респондентов. Однако ненадежно сформированный тип привязанности оказывает влияние как на искажение собственного образа, так и на отношения в диаде «мать-ребенок». Следовательно, приходим к выводу, что перенесенный опыт домашнего насилия оказывает значительное влияние на личностную структуру потерпевших.

Список литературы

1. Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях от 30.12.2001 № 195-ФЗ (ред. от 18.03.2023) [Электронный ресурс]. URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_34661/ (дата обращения: 13.04.2023).
2. Уголовный кодекс Российской Федерации от 13.06.1996 № 63-ФЗ (ред. от 18.03.2023) [Электронный ресурс]. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_10699/33fc632982ae736fd86291dbe96ce0cd6c4db9b5/ (дата обращения: 13.04.2023).
3. *Боулби Дж.* Привязанность. М.: Гардарики, 2003. 477 с.
4. *Возмилкина Е. Н.* Домашнее насилие над детьми как актуальная проблема современного российского общества // Социально-экономические науки и гуманитарные исследования. 2016. № 10. С. 194–198.
5. Всемирная организация здравоохранения. Насилие в отношении женщин [Электронный ресурс]. URL: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women> (дата обращения: 09.04.2023).
6. *Гаранович М. В.* Гибридизация юридических терминов законопроекта «О профилактике семейно-бытового насилия в Российской Федерации» в языковом сознании носителей русского языка // Российская психоллингвистика: итоги и перспективы: материалы XX Междунар. симпозиума по психоллингвистике и теории коммуникации (г. Москва, 27–28 мая 2022 г.). М.: Рос. ун-т дружбы народов (РУДН), 2022. С. 180–181.
7. *Качаева М. А., Дозорцева Е. Г., Нуцкова Е. В.* Отсроченные последствия пережитого домашнего насилия у женщин и девочек // Психология и право. 2017. Т. 7, № 3. С. 110–126.
8. Консорциум женских неправительственных объединений. Исследование Консорциума женских НПО: более 65 % от всех убитых женщин в год погибают в результате домашнего насилия [Электронный ресурс]. URL: <https://wcons.net/novosti/issledovanie-konsorciuma-zhenskih-npo-65-ot-vseh-ubityh-zhenshin-v-god-pogibajut-v-rezultate-domashnego-nasilija/> (дата обращения: 09.04.2023).
9. *Куфтяк Е.* Диагностика привязанности: методика «Рисунок гнезда». М.: Перо. 2021. 59 с.
10. *Мак-Вильямс Н.* Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе. М.: Класс, 2021. 592 с.
11. *Мельникова М. Л.* Рисунок «Мать и дитя» в диагностике привязанности: методическое руководство. Ижевск: ERGO, 2007. 213 с.
12. *Печенкин В. В.* Межведомственное взаимодействие в сфере решения проблемы насилия в семье // Отечественный журнал социальной работы. 2013. № 1. С. 118–123.
13. Пятница! Рабы любви [Электронный ресурс]. URL: <https://rabylyubvi.friday.ru/> (дата обращения: 09.04.2023).
14. *Селани Д. П.* Иллюзия любви. Почему женщина возвращается к своему обидчику. М.: Класс, 2013. 264 с.
15. *Семерикова А. А., Анисимова Н. Р.* Психологические особенности виктимного поведения женщин в ситуации домашнего насилия [Электронный ресурс] // Сервис в России и за рубежом. 2015. № 1 (57). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osobennosti-viktimnogo-povedeniya-zhenschin-v-situatsii-domashnego-nasilija> (дата обращения: 17.04.2023).
16. *Собчик Л. Н.* Психодиагностика в медицине: практическое руководство. М.: Боргес, 2007. 416 с.

17. Старостина Е. Г., Тэйлор Г. Д., Квилти Л. К., Бобров А. Е., Мошняга Е. Н., Пузырева Н. В., Боброва М. А., Ивашкина М. Г., Кривчикова М. Н., Шаврикова Е. П., Бэгби М. Торонтская шкала алекситимии (20 пунктов): валидизация русскоязычной версии на выборке терапевтических больных [Электронный ресурс] // Социальная и клиническая психиатрия. 2010. № 4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/torontskaya-shkala-aleksitimii-20-punktov-validizatsiya-russkoyazychnoy-versii-na-vyborke-terapevticheskikh-bolnyh> (дата обращения: 13.04.2023).
18. Форвард С., Бак К. Токсичные родители. Как вернуть себе нормальную жизнь. СПб.: Питер, 2002. 352 с.
19. Шукина Л. В. Личностные особенности женщин, переживших насилие [Электронный ресурс] // Инновационная наука. 2016. № 3-3 (15). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/lichnostnye-osobennosti-zhenschin-perezvivshih-nasilie> (дата обращения: 17.04.2023).
20. Walker L. E. The battered woman. N. Y.: Harper and Row, 1979. 469 p.

Научный руководитель – *Н. М. Клепикова*,
канд. психол. наук, доц. кафедры социальной психологии и виктимологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
С. Б. Нестерова,
ст. преподаватель, доц. кафедры социальной психологии и виктимологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

УДК 159.92

Булавина Екатерина Олеговна

*студентка 4 курса, специальность «Педагогика и психология девиантного поведения», специализация «Психолого-педагогическая профилактика девиантного поведения», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
bulavina200071@gmail.com, г. Новосибирск, Россия*

Свечникова Татьяна Юрьевна

*студентка 4 курса, специальность «Педагогика и психология девиантного поведения», специализация «Психолого-педагогическая профилактика девиантного поведения», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
tyusvechnikova@mail.ru, г. Новосибирск, Россия*

**СТРАТЕГИИ ВЫЖИВАНИЯ, ИЛИ КАК СПАСТИ ПСИХИКУ
В ПЕРИОД ПЕРЕЖИВАНИЯ ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ:
СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПОДХОДОВ К ПРОБЛЕМЕ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ В ГЛУБИННОЙ
И ГУМАНИСТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ В XX–XXI ВЕКАХ**

Аннотация. В статье рассматривается проблема психологической защиты в период переживания человеком трудной жизненной ситуации. Большое внимание уделяется сравнительному анализу подходов изучения данного механизма в глубинной и гуманистической психологии XX–XXI вв. Ана-

лизируются специфические особенности разных видов психологических защит и их влияния на онтогенез человека.

Ключевые слова: трудная жизненная ситуация, психологическая защита, глубинная психология, психоанализ, гуманистическая психология.

Bulavina Ekaterina Olegovna

*4th year Student, specialty "Pedagogy and psychology of deviant behavior",
specialization "Psychological and pedagogical prevention of deviant behavior",
Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University,
bulavina200071@gmail.com, Novosibirsk, Russia*

Svechnikova Tatiana Yurievna

*4th year Student, specialty "Pedagogy and psychology of deviant behavior",
specialization "Psychological and pedagogical prevention of deviant behavior",
Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University,
tyusvechnikova@mail.ru, Novosibirsk, Russia*

**SURVIVAL STRATEGIES OR HOW TO SAVE THE PSYCHE DURING
THE EXPERIENCE OF A DIFFICULT LIFE SITUATION: A COMPARATIVE
ANALYSIS OF APPROACHES TO THE PROBLEM OF PSYCHOLOGICAL
PROTECTION IN DEEP AND HUMANISTIC PSYCHOLOGY
IN THE XX–XXI CENTURIES**

Abstract. The article deals with the problem of psychological protection during a person's experience of a difficult life situation. Much attention is paid to the comparative analysis of approaches to the study of this mechanism in the deep and humanistic psychology of the XX–XXI centuries. The specific features of different types of psychological defenses and their impact on human development in the process of ontogenesis are analyzed.

Keywords: difficult life situation, psychological defense, depth psychology, psychoanalysis, humanistic psychology.

В III веке до нашей эры Демосфен сделал революционное предположение: человеческий разум способен обманывать сам себя [12]. Спустя столетия в 1894 году З. Фрейд рассмотрел предложенную Демосфеном идею сквозь призму психологии и психиатрии, подарив данному феномену название – защитный механизм психики [7]. Это открытие позволило переосмыслить ряд загадочных психиатрических симптомов, а также понять повседневное, непатологическое поведение, основанное на искажениях реальности.

На протяжении всей жизни человек сталкивается с конгломератом ситуаций и событий, которые воспринимаются им как проблемные, травмирующие и несправедливые: например, постоянно падает из кровати игрушка в раннем детстве, унижение перед классом в начальной школе, отказ любимого человека в подростковом возрасте, увольнение с работы в молодости или неизлечимое заболевание в старости. В связи с этим, под «трудной жизненной ситуацией» мы будем понимать обстоятельства и события, которые требуют от человека действий

и усилий, находящихся на границе его адаптивных возможностей. Это состояние может стать причиной деформации психики.

Для сохранения психологического благополучия мы можем использовать различные виды психологических защит, представляющих собой совокупность способов противостояния негативным воздействиям внешней среды [9]. В период действия опасного раздражителя данный механизм необходим человеку для защиты целостности психики, однако в последующем он может стать детерминантой как личностной (например, развитие психосоматических заболеваний), так и социальной дезадаптации (например, агрессивные действия по отношению к окружающим) [7].

Обращаясь к работам психоаналитиков, можно заметить, что в их понимании психологическая защита является совокупностью механизмов, необходимых человеку для устранения и трансформации негативно влияющего на общее психологическое состояние фактора [1]. Однако в гуманистической психологии существует альтернативная точка зрения на содержание данного термина: здесь он рассматривается в качестве элемента мировоззренческой теории, которая определяет особенности самоактуализации и развития личности в системе субъект-объектных и субъект-субъектных взаимоотношений [3].

По мнению Э. Эриксона, все психологические защиты не осознаются человеком, то есть находятся на бессознательном уровне, и искажают реальность для того, чтобы снизить уровень тревоги [4]. Основная идея этого подхода заключается в том, что каждый человек «выбирает» определенный механизм, который использует в момент переживания трудной жизненной ситуации. Преобладающий тип психологической защиты формируется на основе нескольких факторов: особенности нервной системы (темперамент); опыт переживания психологических травм, с которыми человек сталкивался в детстве; поведение родителей и значимых фигур в стрессовых ситуациях, а также особенности онтогенеза в целом.

Возможно, наиболее оригинальным вкладом З. Фрейда было его индуктивное постулирование, согласно которому бессознательные защитные механизмы обеспечивают охрану человека от болезненных эмоций, побуждений и опыта. Очерчивая природу механизмов защиты «ЭГО» (сознания), З. Фрейд не только установил, что «расстраивающие аффекты, а также идеи лежат в основе психопатологии», но также выявил, что многое из того, что воспринимается как психопатология, на самом деле отражает потенциально исцеляющий процесс [7]. Сегодня ни один психический статус или клиническая формулировка не могут считаться завершенными без попытки определить доминирующий защитный механизм пациента.

Безусловно, огромное влияние на развитие данной концепции оказала работа А.Фрейда «Психология «Я» и защитные механизмы». Согласно её позиции, защитные механизмы необходимы человеку для бессознательного процесса адаптации, который формируется благодаря достижению «Я» компромисса [8]. С этой точки зрения, триггером формирования психологических защит является страх перед разрушительной силой последствий инстинктов, необходимых человеку для

получения удовольствия (страх перед «Оно»); бессознательный ужас перед «Сверх-Я» и, конечно, тревога перед действительностью (страх перед «Я»).

Практическая деятельность А. Фрейд показала, что данные механизмы направлены на снятие тревоги и страха, но не всегда способны справиться с этой функцией, что приводит к развитию целого спектра психосоматических болезней. А. Фрейд выделила следующие виды психологических защит: вытеснение, регрессия, реактивное образование, изоляция, проекция, интроекция и сублимация [8]. Несколько ранее З. Фрейдом были предложены следующие виды: изоляция, проекция, идентификация, сублимация, рационализация, отказ [4]. Безусловно, А. Фрейд опиралась на идеи З. Фрейда при формулировании данной концепции, поэтому они оба считали, что защитный механизм обеспечивает человеку возможность ухода от сознательных проблем, а также создания бессознательной иллюзии для снижения тревоги [9].

Возвращаясь к трудам психологов гуманистического направления, необходимо обратить внимание на теорию К. Роджерса, который утверждал, что поведение человека всегда отражается в «Я-концепции» [6]. Иначе говоря, личность все свои действия сравнивает и сопоставляет с собственными идеалами. В случае несоответствия идеальных ожиданий и реальных результатов в «Я-концепции» формируется чувство вины. В этой парадигме защитный механизм является необходимым условием «спасения» структуры психики от угрозы разрушения её целостности. К. Роджерсом было выделено два вида механизма психологической защиты: искажение восприятия (преобразование отрицательной ситуации в приемлемую форму) и отрицание (непринятие травмирующей ситуации).

Современный психоаналитик Нэнси Мак-Вильямс разделила механизмы психологической защиты на две группы: примитивные (отрицание, замещение, регрессия) и зрелые (рационализация, интеллектуализация, компенсация, сублимация) [5].

Для лучшего понимания обсуждаемой темы рассмотрим представления о некоторых видах психологических защит в данных отраслях психологии.

Вытеснение подробно рассматривалось в психоаналитическом направлении. С позиции данной школы, желания, которые не соответствуют идеалам «Сверх-Я» переходят в область бессознательного. З.Фрейд считал, что именно этот механизм превосходит над другими с целью снижения воздействия импульсивных инстинктов [9].

О. Кернберг считает, что триггером, запускающим работу вытеснения, является страх, возникающий при реакции «Я» или «Эго» на травмирующие факторы [2]. Таким образом, вытеснение представляет собой активное противостояние и устранение из сознания всех негативных чувств, эмоций и воспоминаний. По мнению З.Фрейда, симптомами данного механизма будут являться ошибочные действия, оговорки и сновидения [10]. Современный представитель гуманистической психологии Р. Кочюнас справедливо замечает, что данный механизм наиболее часто проявляется в виде комбинаций: вытеснение со смещением (появление фобий) и вытеснение с конверсией (соматические проявления) [3]. В следствие

этого, часть болезненных воспоминаний из сознания переходит на уровень бессознательного и оказывает воздействие на изменение поведения человека на психофизиологическом уровне.

Психоаналитик А. Фрейд под отрицанием понимала «механизм блокирования воспринимаемой ситуации, а также ее последствий, что выражается в отказе принятия и признания травмирующего фактора» [8, с.53]. К. Роджерс считал, что отрицание «сужает» рамки восприятия информации с целью сохранения «Я-концепции», помогая человеку поэтапно проработать травмирующую ситуацию [6]. З.Фрейд был убежден, что людям с таким механизмом защиты свойственны внушаемость, хорошо развитая фантазия и отсутствие самоконтроля [9].

Рационализация как вид психологической защиты, по мнению З. Фрейда, представляет собой искажение реальности для создания гармоничного и желаемого представления о ситуации. Человек в этом случае стремится рационально и разумно объяснить травмирующую ситуацию для снятия тревоги и поднятия самооценки.

Примечателен тот факт, что З. Фрейд считал лишь один вид психологической защиты положительным явлением, а именно сублимацию [10]. Этот механизм позволяет перенаправить и преобразовать негативные эмоции в творческую деятельность. К. Роджерс утверждал, что сублимация представляет собой форму замещения, которая направляет импульсы «Ид» на социально приемлемый объект [6]. Однако при выраженной ацентуации характера, сублимация может обнаруживаться в ритуальных и других навязчивых действиях.

Таким образом, психологические защиты представляют собой внутренние механизмы, которые обеспечивают охрану психического здоровья человека в период переживания травмирующего опыта во время трудной жизненной ситуации. В глубинной и гуманистической психологии в процессе исторического развития по-разному подходили к изучению и анализу данной проблемы. Если З. Фрейд утверждал, что защитные механизмы сформировались благодаря социальным установкам, то представители гуманистической психологии были убеждены, что они являются «посредниками», преобразующими негативную энергию для сохранения позитивной и целостной «Я-концепции».

Список литературы

1. Грановская Р. М. Психологическая защита. СПб.: Речь, 2007. 476 с.
2. Кернберг О. Ф. Тяжелые личностные расстройства: стратегии психотерапии. М.: Класс, 2014. 464 с.
3. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования. М.: Академ. проект, 1999. 240 с.
4. Кружкова О. В., Шахматова О. Н. Психологические защиты личности: учеб. пособие. Екатеринбург: Рос. гос. проф. пед. ун-та, 2005. 152 с.
5. Нэнси М.-В. 16 элементов психического и эмоционального здоровья [Электронный ресурс] // Аналитика культурологи, 2014. № 30. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/16-elementov-psihicheskogo-i-emotsionalnogo-zdorovya> (дата обращения: 02.11.2022).
6. Роджерс К. Р. Консультирование и психотерапия. М.: Эксмо-Пресс, 1999. 200 с.
7. Рыжов Б. Н. История психологической мысли. Пути и закономерности: учеб. пособие для высших учебных заведений. М.: Типография Воениздата, 2004. 240 с.

8. *Фрейд А.* Эго и механизмы психологической защиты. М.: АСТ: Астрель: Харвест, 2008. 160 с.
9. *Фрейд З.* Толкование сновидений. М.: Современ. пробл., 2011. 452 с.
10. *Эриксон Э.* Идентичность: юность и кризис. М.: Прогресс, 1996. 344 с.
11. *Фромм Э.* Бегство от свободы. М.: Прогресс, 1990. 200 с.
12. *Cramer Ph.* Defensiveness and Defense Mechanisms // Journal of Personality. 2002. Vol. 66 (879). P. 879–894.

Научный руководитель – *Е. Н. Левинунова*,
ст. преподаватель кафедры социальной психологии и виктимологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

УДК 159

Вайс Лилия Евгеньевна

*магистрант, Новосибирский государственный университет экономики
и управления «НИИХ», liliia-vaiss92@mail.ru, г. Новосибирск, Россия*

КОНФЛИКТ КАК СТРЕССОГЕННЫЙ ФАКТОР

Аннотация. Конфликт определяется как стрессогенный фактор, который негативно влияет на психическое и физическое здоровье человека, его межличностные отношения. Цель исследования – анализ современных трактовок понятия конфликта, конфликтных ситуаций и влияния конфликта на стрессоустойчивость личности. Приведены современные трактовки конфликта, классификации конфликтных ситуаций, стратегии поведения в конфликте. Взаимосвязь конфликтности и стрессоустойчивости нуждается в дальнейшем изучении.

Ключевые слова: конфликт, стратегия поведения в конфликте, конфликтная ситуация.

Vais Liliia Evgenievna

*Master's student, Novosibirsk State University of Economics and Management,
liliia-vaiss92@mail.ru, Novosibirsk, Russia*

CONFLICT AS A STRESSFUL FACTOR

Abstract. Conflict is defined as a stressful factor that negatively affects the mental and physical health of a person, his interpersonal relationships. The purpose of the study was to analyze modern interpretations and understandings of conflict, conflict situations, and the impact of conflict on the stress tolerance of the individual. Modern interpretations of the conflict, classifications of conflict situations, strategies of behavior in conflict are shown in this article. The relationship between conflict and stress resistance requires further study.

Keywords: conflict, strategy of behavior in conflict, conflict situation.

Конфликтная ситуация представляет собой комплекс объективных и субъективных факторов, вызывающий противоборства между оппонентами. В современной конфликтологии для успешного разрешения и предотвращения конфликтных ситуаций важна ее диагностика, т. к. выявление скрытых конфликтогенов

позволяют сравнить конфликтную ситуацию с характеристиками нормы или патологии. Исследование конфликтов и их механизмов представляет собой важную тему психологической науки.

Целью исследования был анализ современных трактовок и пониманий конфликта, конфликтных ситуаций, и влияние конфликта на стрессоустойчивость личности.

Методы исследования: изучение современной литературы по теме конфликтологии.

Результаты и их обсуждение. Изучение современных психологических исследований по теме конфликтологии показал, что психологи не всегда единодушны в понимании сути конфликта.

Так, И.В. Охременко отмечает, что конфликт представляет собой столкновение противоположно направленных, несовместимых тенденций в сознании отдельно взятого индивида, в межличностных взаимодействиях или межличностных отношениях индивидов или групп людей, связанное с отрицательными эмоциональными переживаниями [4, с. 137].

В.Г. Каменская дает следующее определение: «конфликт – это системный процесс, который негативно проявляется и вскрывает уже имеющиеся противоречия». Данный феномен негативно отражается на межличностных межгрупповых отношениях, и как следствие, искажает оценку личностных качеств и нарушает ценности [2, с. 43].

И.Д. Ершенко подразумевает под «конфликтом» противостояние различно направленных, противоречивых направлений в сознании определённого индивида, в межличностных взаимодействиях и межличностных отношениях людей или групп, которое связано с отрицательными эмоциональными переживаниями» [1, с. 183].

Г.Р. Чернова считает, что «конфликт есть противоречие, возникающее между людьми по значимым аспектам взаимодействия и нарушающее их нормальное взаимодействие, а потому вызывающее со стороны участников конфликта определенные действия по разрешению возникшей проблемы в своих интересах» [8, с. 199].

Б.И. Хасан дает определение конфликта «как такой характеристики взаимодействия, в которой не могущие сосуществовать в неизменном виде действия взаимно детерминируют и взаимно изменяют друг друга, требуя для этого специальной организации» [7, с. 54].

М.М. Кашапов отмечает, что при первом акте столкновения стресс проявляется как сопутствующий эффект, но в последствии может оказаться существенной содержательной детерминантой процесса разрешения конфликта [3, с. 26].

Анализ представленных понятий показывает, что авторы раскрывают конфликт как системный процесс, который рассматривается с психологической, физиологической и социальной точек зрения. Под конфликтом подразумевается процесс межличностного взаимодействия, негативно влияющий на психоэмоциональное состояние человека. Конфликт включает в себя конфликтную ситуацию и инцидент.

Анализируя структуру конфликта, исходя из представленных работ, необходимо выделить следующие элементы:

1. Объект (ценность, из-за которой возникает борьба оппонентов) и предмет конфликта (противоречие, возникающие между оппонентами).
2. Субъекты конфликтам (участники/оппоненты).
3. Мотивация субъектов конфликта (побуждение к конфликтному взаимодействию).
4. Образы конфликтной ситуации (субъективное отражение в сознании участников конфликта).
5. Стратегии поведения в конфликте.
6. Микро – и макросреда (на микроуровне: организация/обособленное подразделение/отдел; на макроуровне: государство).

В современной конфликтологии авторы определяют три модели поведения личности в конфликте:

- конструктивная – стремление успешно разрешить конфликт, обладая такими индивидуально-психологическими особенностями как, выдержка, самообладание, доброжелательное отношение к оппоненту;
- деструктивная – регулярное стремление к развитию конфликта, унижая достоинство оппонента, нарушая его личные границы.
- конформистская – стремление уступить оппоненту, соглашаясь с его мнением.

Данные модели поведения отражают установки оппонентов в конфликтном взаимодействии, динамику конфликта и способы его разрешения.

Исследователи А.А. Соколова и Т.Н. Кочеткова подразумевают под стратегией поведения в конфликте, кроме того план действий индивида, направленный на конструктивное разрешение конфликтной ситуации» [6, с. 137].

Стратегия поведения в конфликте зависит от цели участника конфликтной ситуации, и реализуются через различные виды тактик в процессе конфликтного взаимодействия. Тактики поведения в конфликте классифицируются на жесткие, нейтральные и мягкие.

Важно отметить, что стратегия поведения в конфликте направлена на разрешение конфликтной ситуации, а тактические действия, в свою очередь, приводят к эффективному результату в конфликтном взаимодействии. По мнению Т.А. Смахиной, методологические принципы и модели стратегии поведения в конфликте, во многом определяются:

- 1) степенью реализации личных или групповых интересов и мерой активности/бездействии в их отстаивании;
- 2) влиянием удовлетворять потребности других участников конфликта [5, с. 57].

В настоящее время в практике разрешения межличностных конфликтов современные ученые выделяют такие стили реагирования человека, как уход, борьба и диалог.

В контексте конфликтного поведения человека уход интерпретируется как игнорирование конфликта, а борьба – как попытки подавления конфликта.

В результате исследования данного вопроса стоит отметить, что «диалог» является эффективным инструментом в конфликтном взаимодействии, а также включает в себя поиск оптимального решения, интеграцию противостоящих позиций и, как следствие, компромисс.

Таким образом, системный подход к изучению понятия «конфликт» определяет его как стрессогенный фактор, который негативно влияет как на психическое и физическое здоровья человека, так и на межличностные отношения. Данный феномен проявляется структурным дисбалансом, и для сохранения психического здоровья человека необходимо разрешить конфликт посредством оптимальной стратегии поведения.

Конфликт является стрессором как в повседневной жизни, так и в рабочей атмосфере. Данный стресс-фактор оказывает негативное влияние на психоэмоциональное состояние человека и дезорганизующее воздействие на его деятельность и, как следствие, значительное снижение эффективности его эффективности. Успешное разрешение конфликта зависит от переживания его как мобилизирующего ресурсы психики, то есть стрессоустойчивости.

Список литературы

1. *Ершенко И. Д.* Исследование и диагностика конфликта // Сборник статей международной научно-практической конференции. Петрозаводск, 2022. С. 182–186.
2. *Каменская В. Г.* Психология конфликта. Психологическая защита и мотивации в структуре конфликта. 2-е изд., перераб. и доп. М.: Юрайт, 2023. 150 с.
3. *Кашапов М. М.* Основы конфликтологии: учеб. пособие для вузов. 2-е изд., испр. и доп. М.: Юрайт, 2023. 116 с.
4. *Охременко И. В.* Конфликтология: учеб. пособие для вузов. 2-е изд., перераб. и доп. М.: Юрайт, 2023. 154 с.
5. *Смахтина Т. А.* Анализ классификации конфликтов // Актуальные научные исследования в современном мире. 2021. № 4-11 (72). С. 57–59.
6. *Соколова А. А., Кочеткова Т. Н.* Взаимосвязь стратегий поведения в конфликте и акцентуаций характера // Актуальные проблемы педагогики, психологии и переводведения: сборник статей междунар. науч.-практ. конференции. СПб., 2022. С. 136–140.
7. *Хасан Б. И.* Конструктивная психология конфликта. 2-е изд., стер. М.: Юрайт, 2023. 204 с.
8. *Чернова Г. Р., Сергеева М. В., Беляева А. А.* Конфликтология: учеб. пособие для вузов. 2-е изд., испр. и доп. М.: Юрайт, 2023. 203 с.

Научный руководитель – *М. Г. Чухрова*,
д-р мед. наук, проф. кафедры психологии, педагогики и правопедания,
Новосибирский государственный университет экономики
и управления «НИНХ»

Вергановичус Ева Валерьевна

*студентка 3 курса, направление «Психология», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
verganovichus668@gmail.com, г. Новосибирск, Россия*

ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация. Работа посвящена проблеме изучения психических состояний подростков. Рассматриваются причины возникновения психических состояний, подростковый возраст. Делается вывод о взаимосвязи психических состояний в подростковом возрасте.

Ключевые слова: психические состояния, тревожность, фрустрация, стресс, подростковый возраст.

Verganovichus Eva Valerievna

*3rd year Student, direction "Psychology", Faculty of Psychology,
Novosibirsk State Pedagogical University, verganovichus668@gmail.com,
Novosibirsk, Russia*

MENTAL STATES IN ADOLESCENTS

Abstract. This work is devoted to the problem of studying the mental states of adolescents. The reasons for the occurrence of mental states are considered, as well as adolescence. The conclusion is made about the relationship of mental states among themselves in adolescence.

Keywords: mental states, anxiety, frustration, stress, adolescence.

Традиционно подростковый возраст является объектом для исследования многих. Подростковый возраст подразумевает переход от детства к взрослости [1, с. 40]. Он характеризуется как кризисом развития, так и кризисом идентичности.

Есть различные точки зрения относительно возрастных рамок подросткового периода. Тем не менее, более конкретная периодизация есть у Л. С. Выготского: «начало приходится на школьный возраст (7–13 лет), затем идёт кризис подросткового возраста (13 лет) и непосредственно пубертатный возраст (13–17 лет)» [3].

Нами будет рассмотрены такие психические состояния как тревожность, фрустрация и стресс.

Первая тревожность начинает проявляться ещё в младенческом возрасте, когда идёт формирование базового доверия или недоверия к миру, а в подростковом возрасте может достичь своего пика и стать личностной чертой. Подростковый возраст является критическим в плане развития тревожности. Тем не менее, тревожность является нормальным состоянием в подростковом возрасте, поскольку оно связано со взрослением.

Проанализировав работу Е. А. Корабельниковой, можно выделить ряд особенностей проявления тревожности в подростковом возрасте [5]:

- Преобладание обсессивно-фобических расстройств;
- Более выраженная соматизация тревоги;

- Выраженные поведенческие нарушения: ограничение контактов, суетливость, двигательное беспокойство, агрессивность, реакции гиперкомпенсации;
- Неуверенность в себе, заниженная самооценка;
- Постоянная необходимость в поддержке взрослых;
- Возможность развития тревожных расстройств, как характерных для взрослых, так и специфичных для детского возраста.

В целом, состояние тревожности – это следствие подросткового кризиса, протекающего по-разному, но, в любом случае, дезорганизирующего личность подростка [8, с. 172].

В заключении можно отметить, что специфика проявления и выражения тревожности в подростковом возрасте заключается в страхе потерять себя, как реакция на меняющиеся условия вокруг него, а также отторжения от других людей. Основой этого страха является невозможность быть собой, или невозможность осознавать самого себя, что в свою очередь приводит к невротическим изменениям личности, а также проявлению болезненных реакций, таких, как выраженное сопротивление окружающей среде.

Стресс в подростковом возрасте возникает в связи с кризисом, который наступает в данный период. Этот кризис может вызвать стресс, который имеет положительное влияние – стимулировать развитие подростка, или дистресс, который направляет развитие подростка по деструктивному пути.

Во время стресса, навыки и привычки остаются неизменными и могут заменить собой сознательные действия. Это связано с аутоидентификацией личности, которая начинает проявляться в период пубертата. Именно в этот период происходит главный конфликт с социумом в жизни подростка, который может привести к формированию невротических расстройств и стрессовых ситуаций.

Большинство подростков сталкиваются со стрессом, который сильно влияет на всю окружающую среду ребёнка: снижается успеваемость в школе; появляются проблемы в коммуникации со сверстниками, а также с родителями [7, с. 234].

Таким образом, стресс является одним из основных факторов генезиса и становлению личности в период подросткового возраста, который характеризуется как количественными, так и качественными изменениями. В результате чего, подросток может приобрести специфические психопатические реакции: группирования, оппозиции, эмансипации, негативизма. Причинами стресса также могут быть активное психофизическое созревание, когнитивный диссонанс, межличностные и внутриличностные конфликты, и как следствие стресс является причиной возникновения фрустрации и психовегетативных нарушений нервной деятельности подростка.

Фрустрация оказывает дезорганизирующее воздействие на эмоциональное состояние, поведение и деятельность подростка [4, с. 77]. В том числе, фрустрация в своих деструктивных проявлениях, негативно влияет на качество жизни и успешность деятельности.

Внешние и внутренние воздействия фрустрации регулируются и контролируются подростком с помощью коппинг-стратегий, которые вырабатываются

в процессе борьбы с данным состоянием [2, с. 116]. Результатом борьбы становится их реорганизация форм взаимодействия с окружающим миром.

Частыми последствиями воздействия фрустрации становятся чувство вины и неуверенность, которые являются причиной возникновения невротизации, изоляции от социума и эгоцентризму.

Проанализировав все вышесказанное, можно сделать вывод, что фрустрационное проявление у подростков проявляется посредством несформированных навыков рефлексии как над самим собой, так и над окружающим его миром, а также низкой мотивацией к избеганию или решению проблем, неустойчивых ценностей, низким уровнем навыков в адаптации и коммуникации. Основным приоритетом у подростков, поддавшихся влиянию фрустрации, является упор на контроль и снижение этого влияния для того, чтобы избежать деструктивных последствий и склонности к девиантному поведению.

Рассмотренные психические состояния имеют общие черты влияния на поведение и эмоциональное состояние человека. А также стоит отметить, что они взаимозаменяют друг друга, то есть могут вытекать друг из друга в определённых условиях. Основой их возникновения служит неконтролируемая окружающая среда человека. Как было сказано выше тревожность, стресс и фрустрация могут вытекать друг из друга, в следствие чего провоцировать возникновение деструктивных факторов, которые пагубно влияют психику.

Таким образом, пубертатный период является переходом от детства к взрослости, который включает в себя довольно противоречивые тенденции [6, с. 277]. С одной стороны, подросток ещё не полностью самостоятелен, но с другой – он уже стремится быть полностью свободным от родителей. В этот период важно постепенно переходить от подражания оценкам взрослых к личным оценкам. Они начинают оценивать вещи с позиции «как бы поступил я?», а не «как бы поступил другой человек?». Затем, они начинают задумываться о своих взглядах на жизнь, об отношениях с другими людьми и о собственном будущем.

Список литературы

1. *Абибуллова С. А.* Психологические особенности развития личности подросткового возраста // Форум молодых ученых. 2019. № 2 (30). С. 39–43.
2. *Асташова Т. В., Масленникова А. А., Семенова А. М., Сумцова И. В.* Реакции на фрустрацию у подростков // Весенние психолого-педагогические чтения: материалы IV Межрегиональной науч.-практ. конференции, посвященной памяти почетного профессора АГУ А. В. Буровой. Астрахань: Астраханский гос. ун-т, 2020. С. 116–121.
3. *Выготский Л. С.* Собрание сочинений: в 6 т. Т. 4. Детская психология / под ред. Д. Б. Элькнина. М.: Педагогика, 1984. 432 с.
4. *Карамысова Э. А.* Фрустрация как механизм формирования эмоций у подростков // Актуальные вопросы современной науки и образования: сборник статей XXI Междунар. науч.-практ. конференции. Пенза: Наука и просвещение, 2022. С. 76–78.
5. *Корабельникова Е. А.* Тревожные расстройства у подростков // Медицинский совет. 2018. № 18. С. 34–43.
6. *Скоморохова Е. Н.* Психологические особенности подросткового возраста // Будущее науки: сборник науч. статей 7-й Междунар. молодежной науч. конференции. Курск: Юго-Западный гос. ун-т, 2019. С. 275–277.

7. Скорова А. А. Стресс и его проявления в подростковом возрасте // Современная наука: актуальные вопросы, достижения и инновации: сборник статей XIII Междунар. науч.-практ. конференции. Пенза: Наука и просвещение, 2020. С. 233–235.

8. Уварова Л. Н. Специфика возникновения и проявления тревожности у подростков // Вопросы педагогики. 2022. № 6-2. С. 172–174.

Научный руководитель – Н. А. Галюк,
канд. психол. наук, доц. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

УДК 159.9

Вирясова Анастасия Сергеевна

*студентка 2 курса, специальность «Психология служебной деятельности»,
специализация «Психологическое обеспечение служебной деятельности
сотрудников правоохранительных органов», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
viryasova666@mail.ru, г. Новосибирск, Россия*

ВЗАИМОСВЯЗЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТ И ТЕМПЕРАМЕНТА

Аннотация. Статья посвящена изучению взаимосвязи психологических защит и темперамента. Рассматриваются историческое становление учения о темпераменте: истоки формирования понятия, ключевые сдвиги в понимании биологических основ, произошедшие благодаря Э. Кречмеру и И. П. Павлову, а также подход Г. Ю. Айзенка к этому психологическому феномену. Описываются психологические защиты с точки зрения психоаналитического подхода (А. Фрейд и З. Фрейд), рассматривается их роль в разрешении конфликта между Оно (бессознательными инстинктивными требованиями) и Сверх-Я (социальными нормами). Перечисляются параметры оценки эффективности психологических защит, дается описательная характеристика их основных видов, выделенных в соответствии с методикой Плутчика-Келлермана-Конте («LSI»). Приводятся примеры исследований, подтверждающих наличие значимой взаимосвязи между темпераментом и механизмами психологической защиты.

Ключевые слова: взаимосвязь, темперамент, психологические защиты, механизмы психологической защиты, сознание, бессознательное.

Viryasova Anastasia Sergeevna

*2nd year Student, specialty “Psychology of official activity”,
specialization “Psychological support of official activity of law enforcement officers”,
Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University,
viryasova666@mail.ru, Novosibirsk, Russia*

THE RELATIONSHIP OF PSYCHOLOGICAL DEFENSES AND TEMPERAMENT

Abstract. This article is devoted to the study of the relationship between psychological defenses and temperament. The historical formation of the doctrine of temperament is considered: the origins of the

formation of the concept, the key shifts in the understanding of the biological foundations that occurred thanks to E. Kretschmer and I. P. Pavlov, as well as the approach of G. Y. Eysenck to this psychological phenomenon. The following describes psychological defenses from the point of view of the psychoanalytic approach (A. Freud and Z. Freud), their role in resolving the conflict between the Ego (unconscious instinctive demands) and the Superego (social norms) is considered. The parameters of evaluating the effectiveness of psychological defenses are listed, and a descriptive description of their main types is given, identified in accordance with the Plutchik-Kellerman-Conte ("LSI") methodology. Examples of studies confirming the existence of a significant relationship between temperament and psychological defense mechanisms are given.

Keywords: relationship, temperament, psychological defenses, psychological defense mechanisms, consciousness, unconscious.

Сложившаяся общественно-политическая ситуация развития в мировом обществе и в частности в нашей стране формирует предпосылки стремительного роста психического напряжения. Темп жизни, который нужно сейчас поддерживать для успешного функционирования в социуме, многие не выдерживают, и люди всё чаще не справляется с возникающими жизненными трудностями. Важным является, то, какой он путь они выбирают при их разрешении. Здесь особую роль приобретают психологические защиты, так как они являются одним из главных средств по снижению уровня психической напряженности и стабилизации психики. Немаловажно, какую именно из психологических защит выбирает индивид, ведь от этого зависит продуктивность и благополучие его жизни. Именно поэтому исследования психологических защит представляет не только теоретическую, но и практическую значимость.

Одной из детерминант выбора психозащит является темперамент. Согласно «Большому психологическому словарю» темперамент – это «закономерное соотношение устойчивых индивидуальных особенностей личности, характеризующих различные стороны динамики психической деятельности и поведения» [3, с. 486].

Учение о темпераменте своими корнями уходит далеко в античность. Его основы заложил Гиппократ. Он использовал гуморальный подход, считая, что в теле человека содержится четыре типа жидкости, каждая из которых имеет свои определённые свойства. Человеческий организм представляет собой смесь этих жидкостей и то, какая из них преобладает и определяет состояние организма и предрасположенность к различным видам заболеваний. В дальнейшем это соотношение стало называться латинским словом *temperamentum*, от которого берёт своё начало термин «темперамент» [2].

Ещё достаточно долгое время считалось, что гуморальные системы организма являются биологической основой темперамента. Но в начале 20-го века данная точка зрения изменилась коренным образом. Так, Э. Кречмер в своих работах видел связь особенностей темперамента с особенностями строения человеческого тела [2].

В 30-х же годах XX века произошел решающий сдвиг в понимании биологических детерминант темперамента благодаря научным работам российского учёного И. П. Павлова. Он выделил некоторые базисные свойства нервных процессов, которые сочетаясь, образуют комбинации, определяющие тип выс-

шей нервной деятельности, то есть темперамент. Он выделил четыре типа ВНД: холерический, сангвинический, флегматический, меланхолический [2].

Достаточно своеобразный подход к изучению темперамента предложил Г. Ю. Айзенк. Он предположил и в дальнейшем подтвердил экспериментально существование трёх фундаментальных измерений личности, а именно: экстраверсия – интроверсия, нейротизм и психотизм. По мнению ученого, эти три базисных измерения личности можно считать фундаментальными и универсальными, и поэтому именно они ложатся в основу типологии темперамента. «Личностный опросник Айзенка» является одним из самых распространённых тестов по определению темперамента [2].

К феномену психологических защит так же не существует единого подхода. Понятие «механизм психологической защиты» в научный оборот ввёл З. Фрейд. По мнению ученого, задачей данного феномена психики является ослабление возникающего напряжения между врожденными инстинктивными требованиями человека и социальными нормами. Важно также отметить, что во многом этот процесс является бессознательным и автоматизированным [1].

Разработка концепция психологических защит – это, несомненно, один из важнейших вкладов психоанализа в психологическую науку. Формирование и возникновение защитных механизмов психики происходит в процессе онтогенетического развития и определяется индивидуально-типологическими особенностями, к которым так же относится ранее описанный темперамент [1].

Психологические защиты можно разделить по степени эффективности в зависимости от того, насколько удачно ими выполняется их главная задача (снижение дискомфорта от конфликта между Оно и Сверх-Я). Для этого можно выделить следующие параметры: адекватность, гибкость и зрелость [1]. Неэффективными будут считаться те психологические защиты, последствиями которых становятся нарушения невротического характера.

На данный момент развития психологической науки не сформировалось точной классификации механизмов психологических защит, но в практической деятельности специалистов наиболее распространена методика Плутчика-Келлермана-Конте («LSI») [1]. В ней выделяются следующие виды психологических защит:

1) Вытеснение – механизм, суть которого заключается в удалении неприемлемых мыслей, чувств и переживаний из области сознания в область бессознательного [1].

2) Отрицание – механизм, заключающийся в отрицании объективно существующей реальности, которая не вписывается в рамки приемлемого для сознания [1].

3) Компенсация – попытка преодолеть реальные или мнимые недостатки, чтобы не чувствовать своей неполноценности. Данный механизм осуществляется посредством компенсаторного поведения [1]. Например, человек с очевидным физическим недостатком (слепота или глухота) становится профессионалом в той деятельности, в которой это кажется невозможным (глухой музыкант, слепой художник).

4) Проекция – бессознательное перенесение своих желаний, негативных мыслей, чувств, отвергаемых на уровне сознания, на другого человека [1].

5) Регрессия – возвращение на более раннюю ступень развития, оперирование в деятельности более примитивными и детскими формами поведения [1].

6) Замещение – перенаправление негативных эмоций на более приемлемый, «слабый» объект, посредством чего осуществляется их разрядка [1].

7) Интеллектуализация – механизм, предполагающий сглаживание переживаний от фрустрирующих обстоятельств за счет, как правило, чрезмерного использования интеллектуальных ресурсов [1].

8) Реактивное образование – замена неприемлемых на сознательном уровне мыслей, чувств и переживаний на гипертрофированные или противоположные стремления [1].

Темперамент как индивидуальная особенность человека проявляется в его поведении и деятельности с ранних лет, в том числе он влияет на выбор психологических защит. Эта взаимосвязь прослеживается в ряде современных эмпирических исследований [1, 4]. Несмотря на то, что данные этих исследований противоречивы (например, в исследовании С. Б. Перевозкина [4] преобладающим для девушек-холериков механизмом психологической защиты была компенсация, а в исследовании Ю. В. Гладышева [1] таким механизмом оказалась регрессия), статистически значимая взаимосвязь однозначно существует.

Список литературы

1. Гладышев Ю. В. Тип темперамента и степень выраженности механизмов психологических защит // Психология. Психофизиология. 2022. Т. 15, № 2. С. 115–123.
2. Ильин Е. П. Психология индивидуальных различий. СПб.: Питер, 2004. 701 с.
3. Мецзяков Б. Г., Зинченко В. П. Большой психологический словарь. СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. 672 с.
4. Перевозкин С. Б., Репина Г. В. Особенности взаимосвязи темперамента с механизмами психологических защит у студентов заочного обучения в зависимости от пола // СМАЛЬТА. 2019. № 1. С. 55–61.

УДК 316.6

Воскресенская Рената Станиславовна

*студентка 2 курса, направление «Психология», профиль «Социальная психология»,
Новосибирский технологический институт (филиал)
Российского государственного университета им. А. Н. Косыгина
(Технологии. Дизайн. Искусство), г. Новосибирск, Россия*

ПРЕДСТАВЛЕНИЯ СОВРЕМЕННЫХ СТУДЕНТОВ О ГЕНДЕРНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ

Аннотация. Цель статьи – получение эмпирической информации о восприятии современными студентами гендерных ролей: чем обусловлено отнесение своего и противоположного пола к женской, мужской или иной группе; как возникают стереотипы о гендерной идентичности?

Ключевые слова: гендер, гендерная идентичность, гендерные роли, маскулинные качества, феминные качества.

Voskresenskaya Renata Stanislavovna

*2nd year Student, direction "Psychology", profile "Social Psychology",
Novosibirsk Institute of Technology (branch) of the Kosygin Russian State University
(Technologies. Design. Art), Novosibirsk, Russia*

IDEAS OF MODERN STUDENTS ABOUT THE GENDER IDENTITY

Abstract. The purpose of this article is to obtain empirical information about the perception of gender roles by modern students: what is the reason for the attribution of one's own and the opposite sex to a female, male or other group; from which stereotypes about gender identity arise?

Keywords: gender, gender identity, gender roles, masculine qualities, feminine qualities.

Гендерная идентичность важная составляющая личности в современном обществе. Идентифицируя себя с определённым гендером, мы проявляем качества и нравы этого гендера, ощущаем целостность своего «Я» и занимаем определённую гендерную роль. На отождествлении кого-либо с отдельным гендером нам легче воспринимать человека и вступать с ним в контакт. Также мы четко определяем свои границы и выстраиваем связи, так как уверены и осознаем свои потребности. На формирование гендерной идентичности влияет множество факторов, повсеместно возникающих в течение жизни. Окружение – интеграция всех психологических факторов. Актуальность темы восприятия полами гендерной идентичности можно пронаблюдать практически во всех социальных институтах: семья, брак, разделение труда, культура и так далее.

Основной проблемой остаются различия в понимании и принятии гендерной принадлежности у юношей и девушек. Так как большинство свойств гендерной идентичности обусловлены культурой – огромным пластом жизнедеятельности, оказывающим значительное влияние на человека, то у отдельных слоёв населения могут возникать стереотипы о гендерах. "Стереотипы приобретаются и осознаются индивидом в ходе социализации в той группе, к которой он принадлежит (в семье, школе, группе приятелей, СМИ и т. д.)" [5]. Самые распространённые примеры, приписываемые мужчинам: ответственность, добыча средств для жизни, опора, защита своей семьи, холодность и разум; и женщинам: эмоциональность, нежность, покорность, обаяние, быт и продолжение рода. В зависимости от культуры, представления у многих людей о выполнении социальных ролей женщинами и мужчинами загоняют в рамки представителей того или иного гендера и пола. Женщины и мужчины должны поступать строго по привычным для данного общества «правилам поведения», так другим будет легче их воспринимать и, следовательно, только тогда будет гармония. Реклама и социальные сети транслируют нам большинство вышеуказанных стереотипов о гендерных ролях.

Современные образцы феминности и маскулинности изменяются, что может приводить к неопределённости личности. Для того, чтобы подробнее рас-

смотреть эту проблему, обратимся к исследованиям других психологов и авторов, в работах которых рассматривается процесс понимания гендерных ролей.

Подробнее гендерная идентичность и её особенности раскрывается в статье автора Р. С. Воскресенской «Особенности формирования гендерной идентичности современных юношей и девушек», в которой содержится основная для понимания изучаемой темы информация о понятии гендера и его качеств, а также приведены примеры исследований на определение типа гендерной идентичности людей [1].

В работе автора С. А. Хасановой «Гендерная идентичность личности и динамика ее формирования в юношеском возрасте» представлены этапы развития гендерной идентичности в соответствии с возрастом и психическими особенностями личности. Автор проводит исследование на выявление особенностей формирования гендерной самоидентификации в юношеском возрасте и приходит к выводу о том, что данный возраст, являющийся завершающим этапом юности, является решающим периодом развития гендерной идентичности личности. Девушки в юности склонны придавать большее значение своей внешности и, в соответствии, появляется желание нравиться противоположному полу. Юноши начинают возвышать в себе мужественность и силу [2].

Н.Н. Троицкая в своей работе «Гендерная идентичность современной студенческой молодежи и влияние семьи на ее формирование» выявила влияние семьи, общественных и культурных преобразований на формирование гендерной идентичности молодежи. Автор подчеркивает причины неопределённости в данной области у студентов. «С одной стороны, именно в семье стимулируется усвоение традиционных в современном обществе представлений о маскулинности и феминности, с другой стороны родители не всегда являются единственными ролевыми моделями для молодежи» [3].

Авторы работы С. Н. Костина и И. Б. Бритвина «Теоретические подходы и современные направления исследований феномена гендерной идентичности» уточняют содержание конструкта гендерной идентичности, нормативные требования к гендерным ролям в различных социальных общностях и другие аспекты [4].

Всеми вышеперечисленными авторами не было выделено проблемы восприятия полами друг друга в рамках гендерной идентичности, что также определяет причину неоднозначного формирования гендерных ролей у современной молодежи. В продолжение прошлого исследования и для выявления данной проблемы нами был проведён опрос среди студентов Новосибирского и Московского вузов. Нами была применена методика "Незаконченные предложения" [5]. Всего приняли участие в исследовании 31 респондентов добровольцев, из них 6 юношей и 24 девушек. Мы включили в исследование студентов 1-3 курса, достигших 18 лет, с целью проведения анализа восприятия современными студентами друг друга.

Для выявления восприятия студентами друг друга, респондентам было предложено закончить следующие предложения:

"Настоящая женщина должна...";

"Настоящий мужчина должен..."

"Ни одна женщина никогда..."

"Ни один мужчина никогда..."

"Человека можно назвать женщиной, если она..."

"Человека можно назвать мужчиной, если он..."

"Девушке, чтобы стать женщиной необходимо..."

"Юноше, чтобы стать мужчиной необходимо..."

Так же в опросник был включен вопрос: "Ваш пол?"

На основании проведённого анализа эмпирических данных выявлено, что 30 респондентов напрямую обозначают свой пол, только 1 человек отметил себя как "небинарную личность". По полученным данным в вопросах о женском поле, большинство девушек отмечают качества: уверенность в себе, самостоятельность, поддержка, любовь к себе и саморазвитие, а также определяют женщин по физиологии и в зависимости от самопрезентации человека. В вопросе "Девушке чтобы стать женщиной необходимо..." девушки указали на переход к эмоциональной зрелости, взрослению и осознанию этого периода. Большинство юношей отметили саморазвитие и любовь к себе качествами, присущими настоящей женщине, а также определяют женщину по самопрезентации. В вопросах о мужском поле, большинство девушек также отметили приоритет маскулинных качеств: самоуважение, ответственность, опора для семьи, сила. Юноши отметили самовосприятие и физиологию как признаки мужчин. Качествами настоящего мужчины выделили ум, целеустремлённость и ответственность. Большинство респондентов отрицают гендерные стереотипы и в вопросах "Настоящий(-ая) мужчина(женщина) должен(-на) ..." воздержались от конкретного ответа. Так же многие в ответах проявили гуманность по отношению друг к другу и часто указывали на такой идентификатор мужчины либо женщины, как самоощущение себя тем или иным полом и, вследствие, представление таковых социальных ролей в обществе. Девушки часто упоминали неправомерность насилия со стороны мужчин.

Таким образом, можно прийти к выводу о том, что тот или иной пол выделяет в противоположном поле те, качества, которые имеют для него значение в собственной жизни, которые он наблюдает в себе, либо хотел бы наблюдать. Среди современных студентов высоко ценятся маскулинные качества человека, его способность постоять за себя и быть счастливым несмотря ни на что. Проявляется доброжелательное отношение к своему и противоположному полу, независимо от существования стереотипов о гендерных ролях. Однако также присутствует человек, не относящий себя ни к одному из существующих полов и, соответственно, не имеющий гендера.

Исходя из полученных данных, мы можем увидеть, что современные студенты стали больше внимания уделять личностным характеристикам и психологическим особенностям друг друга, самоощущениям человека и его проявленности в обществе в соответствии с ними. Также подтвердилось определение гендерной идентичности, подразумевающее совокупность сознания и поведения индивида, идентифицирующего себя с определённым полом.

Список литературы

1. Воскресенская Р. С., Дроздова А. В. Особенности гендерной идентичности современных юношей и девушек // Социальные практики и управление: проблемное поле социологии: материалы V Сибирского социологического форума с междунар. участием / отв. ред. С. А. Ильиных, С. В. Ровбель, И. И. Щемелева. Новосибирск: Новосибирский гос. ун-т экономики и управления «НИНХ», 2022. С. 401–405.

2. Хасанова С. А. Гендерная идентичность личности и динамика ее формирования в юношеском возрасте // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. 2014. № 10-2. С. 76–79.

3. Троицкая Н. Н. Гендерная идентичность современной студенческой молодежи и влияние семьи на ее формирование // Культура, личность, общество в современном мире: методология, опыт эмпирического исследования: материалы XXII Междунар. конференции памяти профессора Л. Н. Когана. Екатеринбург: УрФУ, 2019. С. 646–654.

4. Костина С. Н., Бритвина И. Б. Теоретические подходы и современные направления исследований феномена гендерной идентичности [Электронный ресурс] // Журнал социологии и социальной антропологии, 2021. № 3. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46636744> (дата обращения: 05.04.2023).

5. Беспанская-Павленко Е. Д. Психодиагностические методики изучения гендерных особенностей личности. Минск: БГУ, 2013.

УДК 159.9

Гаврилова Анастасия Ярославовна

*студентка 2 курса, направление «Психолого-педагогическое образование»,
профиль «Психология развития и воспитания личности»,
факультет психологии, Новосибирский государственный педагогический
университет, Nastasya.gavri@gmail.com, г. Новосибирск, Россия*

ВЗАИМОСВЯЗЬ ТИПОВ ТЕМПЕРАМЕНТА И ВИДОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТ У СТУДЕНТОВ

Аннотация. В статье поднимается проблема наличия взаимосвязи типов темперамента и видов психологических защит. Рассматриваются теоретические аспекты и психологические представления отечественной психологии по данному вопросу на примере исследований Р. М. Грановской и Е. С. Романовой. Приведено эмпирическое исследование с помощью комплекса методик, показывающее наличие связей между типами темперамента и видами психологических защит на выборке студентов 2 курса педагогического вуза. Сделаны выводы о полученных взаимосвязях и их соотношении с типами темперамента.

Ключевые слова: типы темперамента, виды психологических защит, защитные механизмы.

Gavrilova Anastasia Yaroslavovna

*2nd year Student, direction "Psychological and pedagogical education",
profile "Psychology of personality development and upbringing",
Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University,
Nastasya.gavri@gmail.com, Novosibirsk, Russia*

CORRELATION BETWEEN TEMPERAMENT TYPES AND PSYCHOLOGICAL DEFENSE MECHANISMS OF STUDENTS

Abstract. The article raises the problem of having a correlation between the type of temperament and psychological defense mechanisms. Theoretical aspects and psychological representations of domestic psychology on this issue are considered, on the example of studies by R. M. Granovskaya and E. S. Romanova. The article provides an empirical research with the help of a complex of methods, showing the presence of interconnections between types of temperament and types of psychological protection on a sample of students of 2 year of education pedagogical university. Conclusions about the obtained relationships and their relationship with the types of temperament are made.

Keywords: temperament types, types of psychological defense, psychological defense mechanisms

Психическая внутренняя жизнь человека, несмотря на сложность своей структуры и некоторую обособленность от внешнего мира, все же очень сильно подвержена влиянию внешних факторов среды. Современная реальность часто подвергает человека волнительным, стрессовым, травмирующим воздействиям, поэтому психика вынуждена адаптироваться под постоянно изменяющиеся условия, при этом сохраняя некоторую стабильность.

Функцию сохранения баланса в психической жизни и защиты основной структуры личности, с помощью адаптации, выполняют собственно механизмы психологической защиты. «Психологическая защита – это специальная система стабилизации личности, направленная на ограждение сознания от неприятных, травмирующих переживаний, сопряженных с внутренними и внешними конфликтами, состояниями тревоги и дискомфорта» [4]. Механизмы психологической защиты не являются врожденными, а вырабатываются в процессе развития и в рамках жизненного опыта, получаемого личностью. В связи с особенностями индивидуального развития, условиями в которых оно происходит вырабатывается определенная комбинация видов психологических защит, используемых конкретным человеком.

Несмотря на то, что психологическая защита определяется в процессе развития нас заинтересовала возможность взаимосвязи ее с таким конструктом как темперамент, являющимся характеристикой индивидуальной, но тем не менее входящей в структуру личности. Тип темперамента влияет на динамические процессы нервной деятельности, характеризуя их определенной совокупностью свойств и уровней их проявления. В связи с этим темперамент определяет ряд психологических качеств, которые мы можем наблюдать у личности. В процессе развития тип темперамента и обусловленные им особенности в поведении все более отходят в сторону, уступая место чертам характера, приобретаемым с учетом жизнен-

ного опыта, однако не исключаются из психической жизни. Наиболее ярко они проявляются в детстве, болезни, либо в тех ситуациях, в которых обращение к жизненному опыту затруднительно или невозможно. Как правило именно они выступают для личности стрессовыми или травмирующими.

В связи с этим становится актуальной проблема наличия взаимосвязи между типом темперамента и видами психологических защит личности. Проявление их происходит в сходных условиях, в связи с чем и возникает вопрос о том, оказывает ли влияние тип темперамента на выбираемые в последствие виды психологических защит.

Исследования взаимосвязи этих двух аспектов встречаются у ряда современных авторов. В отечественной психологии одно из первых утверждений о наличии такой взаимосвязи и особенностей выбора видов психологической защиты принадлежит Р.М. Грановской. В своем труде «Психологическая защита» она утверждает, что типы темперамента различаются между собой по таким параметрам как величина энергетического потенциала человека, скорость реакции и общий эмоциональный фон, образуя в связи с этим определенные предрасположенности к формированию того или иного вида психологической защиты. Характеризуя различные механизмы мы можем увидеть сходства поведения при их применении с поведением, обусловленным темпераментальными особенностями человека. Подобный подход рассматривается Е.С. Романовой. По мнению автора генезис психологической защиты можно рассматривать через предпосылки ее образования, возникающие в раннем детстве. К ним будут относиться и особенности темперамента, который сказывается на склонности к переживаниям, эмоциональности, а также изначально именно с его помощью ребенок адаптируется в мире, в связи с чем уже возникают определенные первые устойчивые формы поведения.

Нами было проведено эмпирическое исследование взаимосвязи типа темперамента с видами психологических защит. Базой исследования стало ФГБОУ ВО «НГПУ». Выборку исследования составили студенты второго курса педагогических направлений в возрасте 18-20 лет, в количестве 32 человек. Из них – 27 девушек и 5 юношей.

Для выявления взаимосвязи нами были использованы следующие методики: тест «формула темперамента» А. Белова, предполагающая выявление процентного соотношения проявления типов темперамента, сочетающихся в человеке, примененная для установления преобладающих типов темперамента испытуемых, и методика «Индекс жизненного стиля (LSI)» Р. Плутчик, Г. Келлерман, Х.Р. Конте, выявляющая уровни использования личностью тех или иных видов психологических защит, применённая для диагностики системы механизмов психологической защиты.

Обработка полученных данных осуществлялась с помощью методов математической статистики, был использован метод средних значений.

Рассматривая преобладающие типы темпераментов, можно увидеть, что выборке характерны меланхолический, флегматический и сангвинический темпераменты в равной степени, каждый из них встречается соответственно у 28% ис-

пытуемых. В наименьшем количестве в выборке исследования представлен холерический тип темперамента, встречающийся у 16% испытуемых.

Данные по показателям преобладающих типов темперамента у студентов представлены графически на Рисунок 1.

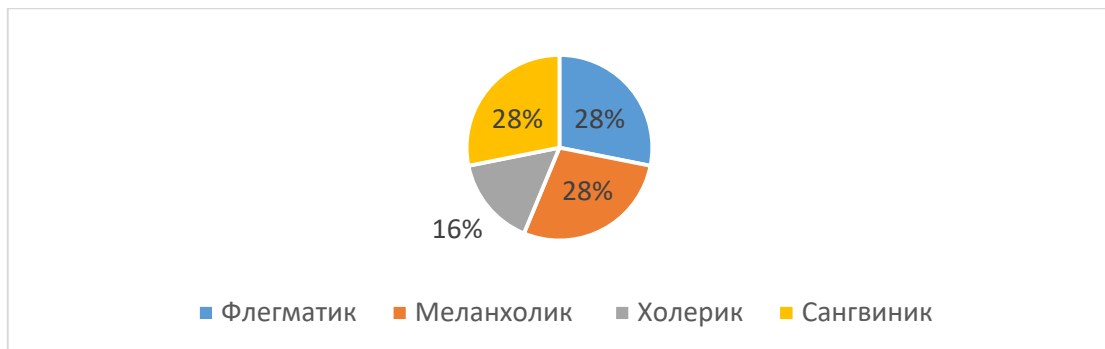


Рис.1. Преобладающие типы темперамента у студентов по методике тест «Формула темперамента» А. Белова

Согласно полученным данным, среди студентов наиболее ярко выраженными оказались такие виды психологических защит как компенсация, регрессия и замещение. Наименьший уровень был выявлен по шкале проекции. Данные средних значений выборки представлены на Рисунок 2.

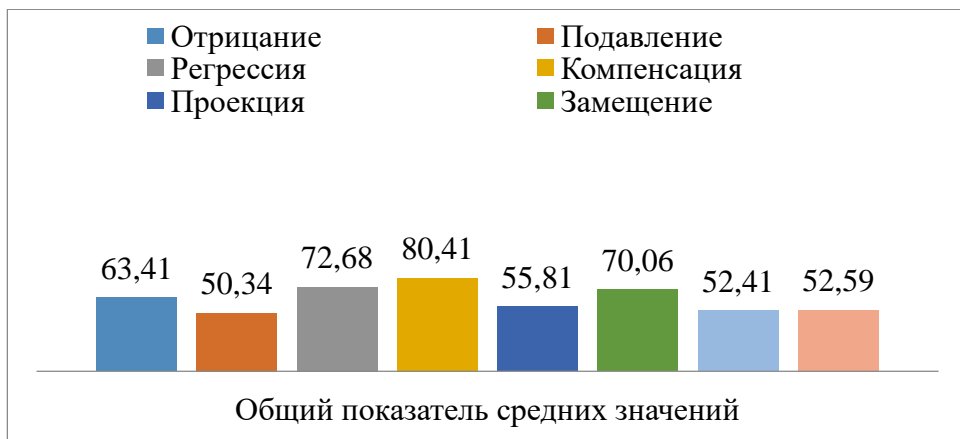


Рис. 2. Средние значения проявления видов психологических защит у студентов по методике «Индекс жизненного стиля (LSI)» Р. Плутчик, Г. Келлерман, Х.Р. Конте

Для выявления взаимосвязи был проведен корреляционный анализ с применением коэффициента ранговой корреляции R-Спирмена, между шкалами методик. Данные статистических расчетов представлены в таблице:

Результаты корреляционного анализа между параметрами типа темперамента и видов психологических защит

Параметры	R-Спирмена	Ур. знач. (p)
Флегматик & Интеллектуализация	0,590	0,001
Сангвиник & Реактивные образования	-0,456	0,001
Холерик & Замещение	0,454	0,001
Сангвиник & Интеллектуализация	-0,440	0,001
Меланхолик & Регрессия	0,409	0,001
Флегматик & Регрессия	-0,407	0,001
Меланхолик & Компенсация	0,368	0,001
Холерик & Интеллектуализация	-0,352	0,001
Флегматик & Замещение	-0,351	0,001

В процессе корреляционного анализа данных, выделено 9 значимых взаимосвязей, из них 4 положительных (прямопропорциональных) и 5 отрицательных (обратнопропорциональных).

Положительный характер (прямая зависимость) носят корреляция между показателями «Флегматик» – «Интеллектуализация» ($R=0,590$, $p=0,001$), «Холерик» – «Замещение» ($R=0,454$, $p=0,001$), «Меланхолик» – «Регрессия» ($R=0,409$, $p=0,001$), «Меланхолик» – «Компенсация» ($R=0,368$, $p=0,001$), отрицательный характер взаимосвязи (обратная зависимость) выявлен между показателями «Сангвиник» – «Реактивные образования» ($R=-0,456$, $p=0,001$), «Сангвиник» – «Интеллектуализация» ($R=-0,440$, $p=0,001$), «Флегматик» – «Регрессия» ($R=-0,407$, $p=0,001$), «Холерик» – «Интеллектуализация» ($R=-0,352$, $p=0,001$), «Флегматик» – «Замещение» ($R=-0,351$, $p=0,001$).

Рассматривая взаимосвязи, выявленные с флегматическим типом темперамента, стоит обратить внимание, что лица с его преобладанием склонны медлительному, но устойчивому характеру усвоения норм, форм поведения, глубине мыслей, не импульсивны, не склонны к аффектам и внешнему проявлению переживаний, постоянны в своих настроениях и поведении. Склонность флегматиков к мыслительным процессам, вместо переживаний, находит отражение в склонности обладателей этого типа темперамента к применению механизма психологической защиты интеллектуализация, что доказывает наличие положительной взаимосвязи между этими параметрами. Склонность к регрессии флегматикам, напротив, несвойственна в связи с тем, что это вид психологической защиты, предполагающий возвращение к более простым, старым формам поведения, проявление чрезмерной эмоциональности, раздражительности, это доказывает отрицательный характер взаимосвязи. Отсутствует склонность и к такому виду, психологической защиты как замещение. Это связано с тем, что замещение предполагает выброс подавленных эмоций на доступный объект, однако флегматик в силу глубины переживаний и малому проявлению эмоций, не испытывает в этом необходимости.

Тип темперамента сангвиник является наиболее устойчивым в связи с позитивным эмоциональным фоном, неглубоким характером переживаний, а также

быстрой адаптацией к изменяющимся условиям. В связи с этим отсутствует необходимость маскировать свои чувства и переживания, быстрая адаптация позволяет видоизменить свои логические связи таким образом, чтобы не достраивать концепцию вокруг сложившихся обстоятельств, а принять ее. Таким образом сангвникам не свойственна склонность к интеллектуализации, что показывает отрицательная взаимосвязь. В связи с этими же свойствами, сангвникам не характерны и реактивные образования, так как отсутствует необходимость подавления и происходит более адекватное принятие своих мыслей и чувств.

Лица с холерическим типом темперамента склонны к повышенной возбудимости, агрессии, аффективным вспышкам, импульсивны и эмоциональны. В стрессовой ситуации им скорее свойственны переживания, чем мыслительный процесс. При этом действие такого защитного механизма, как замещение у данных испытуемых проявляется в разрядке подавленных эмоций, чаще всего гнева, которые направляются на объекты, представляющие меньшую опасность или более доступные, чем те, что вызвали отрицательные эмоции и чувства. Таким образом, холерики имеют склонность к замещению, что доказывает положительный характер взаимосвязи. Интеллектуализация как вид психологической защиты, наоборот предполагает отсутствие переживания, в силу более глубокого мыслительного процесса, поиска логических связей в сложившейся ситуации, в связи с чем не характерна для холерика, что подтверждает отрицательная взаимосвязь.

Лица с преобладанием меланхолического типа темперамента наиболее чувствительные и тяжело переживающие травмирующие ситуации. Они тревожны, замкнуты и ранимы, их психика наиболее неустойчива к различным воздействиям. В связи с этим наблюдается положительная взаимосвязь с видом психологической защиты регрессия, предполагающей возвращение к чувствительности, эмоциональности переживаний, беспокойству и старым, детским формам поведения. Также положительная взаимосвязь этого типа темперамента наблюдается с видом психологической защиты компенсация, который проявляется в мечтательности, фантазировании, принятии на себя установок, ценностей другой личности или идентификации с абстрактным идеалом, что так же может быть характерно и для меланхолика.

Таким образом, существует взаимосвязь между типами темперамента и видами психологических защит, выбираемые лицами с определенными типами темперамента. Темперамент служит предрасположенностью к выбору и формированию видов психологических защит, а различия между типами темперамента могут находиться во взаимосвязи с особенностями проявления некоторых защитных механизмов.

Список литературы

1. *Вассерман Л. И., Ерышев О. Ф., Клубова Е. Б., Петрова Н. Н., Беспалько И. Г., Бербин М. А., Савельева М. И., Тауженова Л. М., Штрахова А. В., Аристова Т. А., Осадчий И. М.* Психологическая диагностика индекса жизненного стиля. Пособие для психологов и врачей. СПб.: СПбНИПНИ им. В. М. Бехтерева, 2005. 54 с.
2. *Грановская Р. М.* Психологическая защита. СПб.: Речь, 2010. 476 с.

3. *Елисеев О. П.* Практикум по психологии личности. СПб.: Питер, 2001. 560 с.
4. Психология. Словарь / под ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. М.: Политиздат, 1990.
5. *Романова Е. С., Гребенников Л. Р.* Механизмы психологической защиты. Генезис. Функционирование. Диагностика. Мытищи: Талант, 1996. 144 с.

Научный руководитель – *С. Е. Мухина*,
канд. психол. наук, доц. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

УДК 159.9

Гиричева Наталья Андреевна

*студентка 4 курса, направление «Психология», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
г. Новосибирск, Россия*

ВЗАИМОСВЯЗЬ ТВОРЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ И ДОМИНИРУЮЩЕЙ КОПИНГ-СТРАТЕГИИ В СТАРШЕМ ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация. В статье рассматриваются различные связи показателей творческого мышления с копинг-стратегиями у лиц старшего подросткового возраста. Представлено эмпирическое исследование, посвященное данной проблеме.

Ключевые слова: творческое мышление, копинг-стратегии, старший подростковый возраст.

Giricheva Natalya Andreevna

*4th year Student, direction "Psychology", Faculty of Psychology,
Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia*

RELATIONSHIP OF CREATIVE THINKING AND DOMINANT COPING STRATEGY IN OLD ADOLESCENTS

Abstract. This article discusses various links between indicators of creative thinking and coping strategies in older adolescents. An empirical study on this problem is presented.

Keywords: creative thinking, coping strategies, older adolescence.

Современный мир заставляет человека быть мобильным, с одной стороны человеку необходимо иметь достаточно высокие творческие способности для реализации уникальных продуктов, с другой стороны в силу своей мобильности человек должен уметь совладать с разными факторами стресса, чтобы оставаться в ресурсе для новых идей, а также быть конкурентоспособным. В силу того, что в старшем подростковом возрасте начинает зарождаться процесс самоопределения, повышается стрессогенность учитывая государственные экзамены, повышается страх перехода на новую ступень взросления, при таком стрессовом состоянии подростку необходимо сохранять своё творческое мышление чтобы уметь ге-

нерировать уникальные, совершенные, неповторимые идеи, ведь впереди их ждёт будущее, которое зависит только от них самих и повлиять на которое у них предоставляется возможность прямо сейчас. В связи с этим данная тема является актуальной.

В силу перманентных изменений в обществе у каждого из нас формируется та или иная копинг-стратегия, способная помочь при выборе нужного нам исхода событий. Теме копинг-стратегий посвящено немало научных статей, диссертаций и т.п. Такой предмет интереса объясняет столь популярную заинтересованность этим. Независимо XV или XXI век, в любой исторический период человечества такой фактор как стресс априори включён в него, война, эпидемия – любые изменения в обществе всё это источники стресса. Сам термин копинг-стратегии был впервые использован Л.Мэффи в 1962г. Р. Лазарус и С. Фолкман были первыми, кто посвятили себя изучению копинг-стратегий. Изучая данную тему, ими было выдвинуто 8 базовых копинг-стратегий:

1. Планирование решения проблем – заключается в аналитическом подходе к трудной ситуации, используя данный копинг, человек всеми силами пытается разрешить проблему, он прибегает к поиску новой информации, разработке эффективного плана;

2. Конфронтационный копинг – в таком случае человек агрессивно настроен к проблеме, готово к риску;

3. Принятие ответственности – заключается в признании человеком своей ответственности за решение в случае возникновения проблемы;

4. Самоконтроль – в таком случае как правило человек старается прийти к урегулированию своих эмоций и поспешных действий;

5. Положительная переоценка – характеризуется данная стратегия осмыслением выбранного решения проблемы;

6. Поиск социальной поддержки – данная стратегия говорит за себя, то есть при выборе данной копинг-стратегии склонен к обращению за поддержкой близких, родных и друзей;

7. Дистанцирование – при данной стратегии человек избегает проблему намеренно, уменьшая её значимость;

8. Бегство-избегание – в данном случае включаются защитный механизм – отрицание, таким образом проблема становится нерешаемой.

Немаловажным аспектов в жизни каждого современного человека является его творческая составляющая. Большинство работодателей заинтересованы в людях, умеющих генерировать новые идеи, обеспечивающих уникальность и неповторимость в выпускающемся продукте. Одним словом, современный человек должен обладать творческим мышлением и быть готовым к стрессовым ситуациям. Тверское мышление представляет собой процесс, в результате которого появляются новые идеи, нетривиальные мысли, необычные подходы и многое другое. Например, Джой Гилфорд утверждал, что креативное мышление – это умение отказать от стереотипных, шаблонных способов мышления.

Возникает вопрос, творческое мышление – это врожденная характеристика или приобретенная способность. Абрахам Маслоу был одним из первых, кто сказал, что творчество — это универсальная черта любого человека, она врожденна. Но большинство людей теряют эту черту, «в результате окультуривания» [4, с. 335].

А.Н. Леонтьев считал творческое мышление процессом, состоящим из нескольких этапов. Итак, первый этап – это мотивация, второй – целеобразование, третий установление условий, с помощью которых желанная цель будет достигнута [1]. Анализируя перечисленные этапы творческого мышления нельзя не согласиться с А.Н. Леонтьевым. Поскольку любой творческий процесс включает в себя мотивацию, у человека в первую очередь формируется желание что-то создать, затем присоединяется целеобразование, человек, как правило, задаётся вполне конкретным вопросом для чего он это делает, какая цель стоит за этим, ну и последним этапом данного процесса несомненно является воплощение идеи, с помощью необходимых для этого инструментов. Джой Гилфорд изучал творческое мышление с точки зрения умственных способностей [2]. Выделенное им дивергентное мышление представляет для нас особый интерес. Поскольку именно это мышление отвечает за создание большого количества идей, в которых сочетается оригинальность и индивидуальность воплощения задуманной идеи.

А. Тэйлор считал, что творчество состоит из нескольких уровней [2]:

1. экспрессивное творчество – может проявляться в спонтанном, внезапном рисовании у детей;
2. продуктивное творчество – то творчество, результатом которого являются научные труды и художественные произведения;
3. инвентивное (изобретательское) творчество – способность создавать что-либо нестандартное, уникальное;
4. инновационное творчество – способность повысить уникальность через модификацию;
5. порождающее творчество – проявляется в продвижении совершенно нового принципа или технологии, благодаря чему могут сформироваться новые движения и школы.

Остановимся на небольшой характеристике старшего подросткового возраста. Старший подростковый возраст – определённо один из самых сложных и трудных возрастных периодов человека. Сложность его заключается в перестройки организма, гормональном изменении, формировании Я-концепции, изменении ценностей – всё это вызывает у подростка нестабильность настроения, раздражительность, конфликтность и многое другое. Из всего перечисленного не сложно заметить факторы стресса, тем самым данная тема вызывает интерес и ставит перед нами вопрос, к каким копинг-стратегиям прибегают старшие подростки? Следовательно, необходимо исследовать вопрос о взаимосвязи творческого мышления и копинг-стратегий в старшем подростковом возрасте.

Нами было проведено исследование, которое рассматривало взаимосвязь творческого мышления и доминирующей копинг-стратегии в старшем подростко-

вом возрасте, в данном исследовании приняли участие 65 учащихся старших классов в возрасте от 15 до 18 лет. Базой исследования выступили: Гимназия №13 им. Э.А. Быкова, г. Новосибирск (11 класс, Гуманитарный профиль), МКОУ Ксш №1 (9 класс), МБОУ СОШ №189 (10 класс).

Целью данного исследования являлось – изучение взаимосвязи творческого мышления и доминирующей копинг-стратегии в старшем подростковом возрасте. Исследование было проведено по четырём методикам, три основных и одна дополняющая: Опросник «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса (в адаптации Крюкова Т.Л., Куфтык Е.В., 2007), Методика «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана (адаптация Н.А. Сирота и В.М. Ялтонский), Тест креативности Торренса, диагностика творческого мышления, Диагностика личностной креативности Ф. Вильямс, в адаптации Е.Е. Туник.

Гипотеза исследования: Мы полагаем, что существует взаимосвязь творческого мышления и доминирующей копинг-стратегии в старшем подростковом возрасте.

В качестве метода количественной обработки были применены методы математической статистики критерий непараметрической корреляции r_s -Спирмена.

Таблица

Взаимосвязь творческого мышления и доминирующей копинг-стратегии

Исследуемые параметры (шкалы методик)	Значение критерия r_s -Спирмена	Уровень значимости
Конфронтационный копинг – Оригинальность	0,28	0,02
Разрешение проблем – Беглость	0,33	0,02
Планирование решения проблемы – Разработанность	0,27	0,01
Поиск социальной поддержки – Оригинальность	0,25	0,05
Разрешение проблем – Разработанность	0,31	0,02
Бегство-избегание – Оригинальность	-0,06	0,03

С помощью корреляционного анализа мы смогли установить значимые взаимосвязи, пять прямопропорциональных, одну обратнопропорциональную.

1. «Конфронтационный копинг» положительно коррелирует с таким показателем как, «Оригинальность» ($r=0,28$ при $p < 0,02$). Данная корреляция свидетельствует о том, что чем ярче выражена у старших подростков копинг- стратегия, направленная на применение негативных действий для изменения ситуации, тем ярче у старших подростков проявляется способность создавать уникальные, непохожие на банальные идеи.

2. «Разрешение проблем» положительно коррелирует с показателем «Беглость» ($r=0,33$ при $p < 0,02$). Это означает, что чем чаще испытуемые старшего подросткового возраста используют разные личностные ресурсы для разрешения негативных переживаний или выхода из проблемных ситуаций, тем чаще они способны генерировать большое количество новых идей.

3. «Планирование решения проблемы» коррелирует с показателем «Разработанность» ($r=0,27$ при $p < 0,01$). Это говорит о том, что чем чаще испытуемые подросткового возраста прибегающие к копингу, в котором старательно разраба-

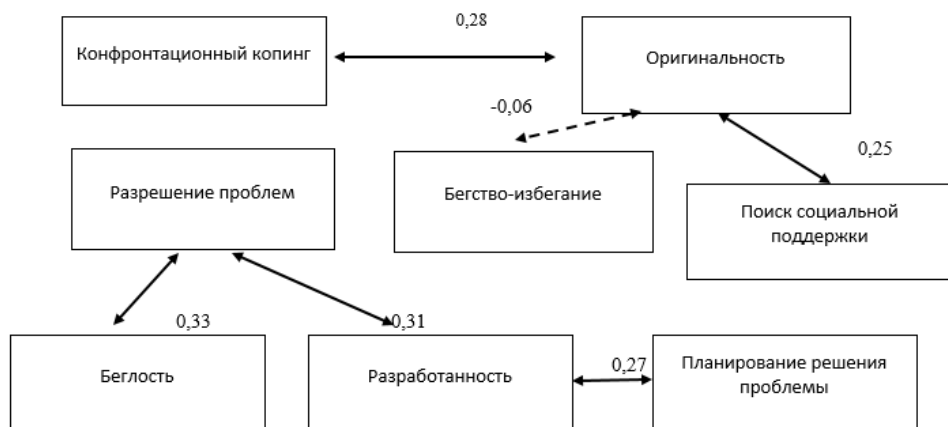
тывают план по решению ситуации, осмысляя ход своих дальнейших действий, анализируя положительные и отрицательные стороны, тем чаще такие подростки довольно тщательно подходят к проработанности идеи, примечая разного рода детали, тем самым повышая уникальность и неповторимость данной идеи.

4. «Поиск социальной поддержки» положительно коррелирует с показателем «Оригинальность» ($r=0,25$ при $p<0,05$). Это означает, что чем чаще у данной выборки испытуемых старшего подросткового возраста обращаются за помощью к родным, близким и друзьям при разрешении негативных ситуаций, тем чаще испытуемые старшего подросткового возраста способны создавать уникальные, непохожие на банальные идеи.

5. «Разрешение проблем» положительно коррелирует с показателем «Разработанность» ($r=0,31$ при $p<0,02$). Это говорит о том, что чем чаще испытуемые данной выборки старшего подросткового возраста используют разные личностные ресурсы для разрешения негативных переживаний или выхода из проблемных ситуаций, тем чаще они способны более ответственно подойти к решению проблемы.

6. «Бегство – избегание» отрицательно коррелирует с показателем «Оригинальность» ($r=-0,06$ при $p <0,03$). Из этого следует, что чем чаще подростки избегают серьёзных решений, убегают от принятия решения проблемы, тем соответственно ниже будет проявляться способность к выражению неповторимых, самобытных, нестандартных идей, решений у данной выборки испытуемых.

Далее будет представлена корреляционная плеяда значимых взаимосвязей параметров творческого мышления и доминирующей копинг-стратегии в старшем подростковом возрасте для более наглядного представления результатов.



Примечание:
 * - уровень значимости 0,05;
 ** - уровень значимости 0,01;
 ↔ - прямая зависимость
 ←-----→ - обратная зависимость

Рис. Корреляционная плеяда взаимосвязи творческого мышления и доминирующей копинг-стратегии в старшем подростковом возрасте

Из этого следует, что в результате проведения корреляционного анализа с применением критерия ранговой корреляции r_s -Спирмена были выявлены взаимосвязи между творческим мышлением и копинг-стратегиями на выборке испытуемых старшего подросткового возраста.

На основании полученных результатов исследования взаимосвязи творческого мышления и доминирующей копинг-стратегии можно сделать вывод о том, что творческое мышление является ресурсом копинга в старшем подростковом возрасте, который в свою очередь увеличивает число различных копинг – стратегий, благодаря которым можно более гибко и эффективно преодолевать жизненные трудности, опираясь на личностные особенности с помощью поиска уникальных, неповторимых, креативных идей, способности варьировать различные решения, а также быстро переходить от одной стратегии к другой.

Таким образом, цель исследования достигнута, можно сделать вывод, что существует взаимосвязь творческого мышления и доминирующей копинг-стратегии в старшем подростковом возрасте.

Список литературы

1. Ланевская Е. М. Проблема творческого мышления в отечественной психологии XX века. [Электронный ресурс]. URL: file:///C:/Users/Lenovo/Downloads/Problema_tvorcheskogo_myshleniya_v_otechestvennoy_psihologii_XX_veka%20(2).pdf (дата обращения: 05.04.2023).
2. Ледовских И. А., Ручкова Н. А. Определение понятия «творческое мышление» в научной литературе по психологии // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. 2010. Т. 16, № 3. С. 310–316.
3. Затиная Ю. Е. Понятие копинг-стратегий и совладающего поведения // Академическая публицистика. 2020. № 3. С. 246–248.
4. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности: основные положения, исследования и применение / пер. с англ. 3-го междунар. изд. СПб.: Питер, 2003. 606 с.

Научный руководитель – *Л. А. Юшкова*,
канд. психол. наук, доц. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

УДК 159.9

Голуб Софья Николаевна

*студентка 3 курса, направление «Психология», факультет психологии,
Новосибирский государственной педагогический университет,
г. Новосибирск, Россия*

САМООЦЕНКА КАК КОМПОНЕНТ Я-КОНЦЕПЦИИ ЛИЧНОСТИ

Аннотация. В статье самооценка рассматривается как компонент Я-концепции личности. Изучены определения понятий «самооценка» и «Я-концепция», а также упомянуто влияние здоровой самооценки на самоощущение личности. Обозначена роль в формировании самооценки соотношения реального и идеального Я. Рассмотрены и перечислены негативные последствия низкой само-

оценки. Описано, что самооценка влияет на формирование Я-концепции личности и может быть ее важным компонентом. Описано, что одним из факторов формирования Я-концепции является то, как человек сам себя видит и представляет. Сделаны выводы о том, что самооценка является частью Я-концепции и представляет собой оценку, которую мы даем себе на основе сравнения своих личностных качеств и достижений с определенными стандартами.

Ключевые слова: Я-концепция, самооценка, образ Я, самоотношение, личность.

Golub Sofya Nikolaevna

*3rd year Student, direction "Psychology", Faculty of Psychology,
Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia*

SELF-ESTEEM AS A COMPONENT OF THE SELF-CONCEPT OF PERSONALITY

Abstract. This thesis is intended to consider self-esteem as a component of the Self-concept of personality. The definitions of the concepts of "self-esteem" and "Self-concept" are considered, and the influence of healthy self-esteem on the self-perception of the individual is also mentioned. The role of the ratio of the real and ideal Self in the formation of self-esteem is indicated. The negative consequences of low self-esteem are considered and listed. It is described that self-esteem affects the formation of the Self-concept of personality and can be its important component. It is described that one of the factors of the formation of the Self-concept is how a person sees and represents himself. It is concluded that self-esteem is part of the Self-concept and is an assessment that we give ourselves based on comparing our personal qualities and achievements with certain standards.

Keywords: I am a concept, self-esteem, self-image, self-attitude, personality.

Самооценка – это важный компонент нашей личности, который формирует наше отношение к себе и своему окружению. Она является не только неотъемлемой частью Я-концепции, которая включает в себя представления человека о самом себе, о том, какими качествами и характеристиками он обладает, но и важнейшей частью жизни в обществе. Каждый человек имеет самооценку, которая, какой бы она ни была, играет важную роль в формировании нашей личности и определении нашего места в обществе.

Для раскрытия данной темы необходимо подробнее рассмотреть понятия самооценки и Я-концепции. Л. В. Бороздина отмечает, что самооценка – это осознание человеком самого себя, своих сил и способностей, своего поведения и поступков [2, с. 99-100]. Так, здоровая самооценка позволяет нам принимать себя такими, какие мы есть, и в то же время стремиться к лучшему. Она помогает нам устанавливать реалистичные цели, справляться со стрессом и принимать правильные решения. Однако, низкая самооценка может приводить к негативным последствиям, таким как депрессия, тревога и недовольство жизнью.

Самооценка и Я-концепция личности тесно взаимосвязаны друг с другом. Я-концепция – это представление о себе как о личности, которая включает в себя осознание своих физических, интеллектуальных, характерологических, социальных и других свойств, самооценку, а также субъективное восприятие влияющих на собственную личность факторов окружающей среды [3]. Самооценка, в свою

очередь, является частью Я-концепции и представляет собой оценку, которую мы даем себе на основе сравнения своих личностных качеств и достижений с определенными стандартами.

Так, Бернс в своей работе указывает на значимую роль в формировании самооценки соотношения реального и идеального Я. При достижении в действительности характеристик идеального «Я» человек обретает высокую самооценку, тогда как при разрыве — низкую [1, с. 246]. Исходя из этого, важно отметить, что самооценка влияет на формирование Я-концепции личности и может быть ее важным компонентом. Например, если у человека высокая самооценка, то это может способствовать формированию позитивного представления о себе, что, в свою очередь, может способствовать к более положительному восприятию образа своего «Я». В то же время, низкая самооценка может привести к отрицательному восприятию себя и повлиять на формирование негативной Я-концепции личности, а это способствует формированию представлений о себе как о недостаточно хорошем человеке, что приводит к появлению чувства неполноценности.

Кроме того, Я-концепция и самооценка могут взаимодействовать между собой в течение жизни человека. Как отмечает Р. Бернс, «Я-концепция» связана с самооценкой как формирование установок «на себя» и является суммой всех представлений индивида о самом себе [1]. Это означает, что одним из факторов формирования Я – концепции является то, как человек сам себя видит и представляет. Можно предположить, что Я – концепция также формируется под влиянием окружения, в котором находится человек. Это могут быть семья и сверстники, учителя и одноклассники, соседи и коллеги по работе. Я – концепция – это не только совокупность знаний, но и отношение человека к своим знаниям. Человек может считать себя хорошим специалистом в какой – либо области знаний, тогда его знания будут считаться ценными и заслуживающими уважения.

Подводя итоги данного вопроса, можно сделать вывод, что самооценка и Я-концепция личности являются взаимосвязанными и важными компонентами формирования личности. Так, самооценка является частью Я-концепции и представляет собой оценку, которую мы даем себе на основе сравнения своих личностных качеств и достижений с определенными стандартами. Понимание этой связи может помочь людям лучше понять себя и свой внутренний мир, а также научиться повышать свою самооценку.

Список литературы

1. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. М., 1986. 420 с.
2. Бороздина Л. В. Что такое самооценка // Психологический журнал 1992. № 4. С. 99–101.
3. Прихожан А. М. Я-концепция // Большой психологический словарь. М., 2008. С. 778–779.

Научный руководитель – С. Е. Мухина,
канд. психол. наук, доц. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

Долгополова Кристина Андреевна

*студентка 2 курса, направление «Психология», профиль «Социальная психология»,
Новосибирский технологический институт (филиал)
Российского государственного университета имени А. Н. Косыгина,
kdolgorlova@yandex.ru, г. Новосибирск, Россия*

СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ ГЛАЗАМИ СОВРЕМЕННОГО СТУДЕНТА

Аннотация. В статье анализируется отношение студентов к различным социальным сетям, которые доступны на территории России. Исследование показало, что все опрошенные пользуются или пользовались четырьмя социальными сетями из пяти, а также мы узнали, какие социальные сети студенты предпочитают больше, а какие меньше. Для изучения характеристик социальных сетей в качестве респондентов выбраны студенты институтов и колледжей.

Ключевые слова: студенты, социальные сети, сетевое общение, интернет.

Dolgopolova Kristina Andreevna

*2nd year Student, direction “Psychology”, profile “Social Psychology”,
Novosibirsk Institute of Technology (branch) of the Kosygin Russian State University,
kdolgorlova@yandex.ru, Novosibirsk, Russia*

SOCIAL NETWORKS THROUGH THE EYES OF A MODERN STUDENT

Abstract. The article analyzes the attitude of students to various social networks that are available in Russia. The study showed that all respondents use or have used four social networks out of five, and we also found out which social networks students prefer more and which ones less. To study the characteristics of social networks, students of institutes and colleges were selected as respondents.

Keywords: students, social networks, networking, internet.

В настоящее время социальные сети играют значительную роль в жизни практически любого человека. Жить без ведения социальных сетей довольно сложно, а для некоторых и вовсе не представляется возможным, ведь в них можно найти себе друзей, познакомиться с любым интересующем вас человеком, найти нужную информацию за пару минут, при этом не прилагая особых усилий, поддерживать связь с людьми, которые находятся в другом городе или стране, да и просто отдохнуть и хорошо провести время, листая новостную ленту, в которой можно увидеть не только записи на серьезную тему, но и различные забавные картинки или цитаты, описывающие вашу жизнь. И это далеко не все возможности, которые дарят нам социальные сети.

Существует огромное количество соцсетей, некоторые из них похожи друг на друга, а некоторые являются абсолютно уникальными и единственными в своем роде, но все же есть одна вещь, которая объединяет эти два вида онлайн-платформ, заключается она в том, что люди всегда будут регистрироваться на данных площадках и называть их своим любимым времяпровождением.

Целью нашего исследования является узнать, как студенты оценивают ту или иную социальную сеть и какой образ, по их мнению, подходит этим социальным сетям.

Нами было опрошено 30 студентов колледжей и вузов. В опросе мы использовали метод «семантический дифференциал» (рис. 1). Максимальный балл, который могла получить каждая из характеристик – 3, а минимальный – -3.

Шкалы	+ 3	+ 2	+ 1	0	- 1	- 2	- 3	
Удобная в использовании	+ 3	+ 2	+ 1	0	- 1	- 2	- 3	Неудобная в использовании
Дружелюбные участники	+ 3	+ 2	+ 1	0	- 1	- 2	- 3	Недружелюбные участники
Популярная	+ 3	+ 2	+ 1	0	- 1	- 2	- 3	Непопулярная
Визуально привлекательная	+ 3	+ 2	+ 1	0	- 1	- 2	- 3	Непривлекательная
Уникальная соцсеть	+ 3	+ 2	+ 1	0	- 1	- 2	- 3	Обычная соц. сеть
Качественный контент	+ 3	+ 2	+ 1	0	- 1	- 2	- 3	Некачественный контент
С юмором	+ 3	+ 2	+ 1	0	- 1	- 2	- 3	Без юмора
Развлекает	+ 3	+ 2	+ 1	0	- 1	- 2	- 3	Надоедает
Затягивает	+ 3	+ 2	+ 1	0	- 1	- 2	- 3	Не затягивает
Для всех	+ 3	+ 2	+ 1	0	- 1	- 2	- 3	Не для всех
Молодежная	+ 3	+ 2	+ 1	0	- 1	- 2	- 3	Возрастная
Веселая	+ 3	+ 2	+ 1	0	- 1	- 2	- 3	Скучная

Рис. 1. Метод «семантический дифференциал» в нашем опросе

Также в опросе был применен метод «визуальный образ» для того, чтобы узнать в виде чего студенты представляют социальные сети (рис. 2).

Характеристика «ВКонтакте». Социальная сеть была основана 10 октября 2006 года, ресурс изначально позиционировал себя в качестве социальной сети студентов, позже стал называть себя «современным, быстрым и эстетичным способом общения в сети». Сайт доступен на 82 языках; социальная сеть больше всего популярна среди русскоязычных пользователей. «ВКонтакте» позволяет пользователям обмениваться сообщениями, аудио- и видеозаписями, создавать собственные страницы и сообщества, переводить деньги, играть в браузерные игры. Также позиционирует себя платформой для продвижения бизнеса. В апреле 2022 года ежедневная аудитория платформы в России составила 47,2 млн. Всего социальной сетью пользуются около 1 440 000 000 человек (а это каждый седьмой житель планеты). Среднее время, проводимое в социальной сети, — 35 минут в день.

С какими из предложенных визуальных образов у вас ассоциируется каждая из социальных сетей?



Рис. 2. Метод «визуальный образ» в нашем опросе

С помощью семантического дифференциала в опросе, «ВК» оценивается следующим образом: удобная в использовании – балл 1,53; дружелюбные участники – балл 0,86; популярная – балл 2,6; визуально привлекательная – балл 1,13; уникальная социальная сеть – балл 0,93; качественный контент – балл 0,93; с юмором – балл 1,13; развлекает – балл 1; затягивает – балл 1; для всех – балл 1,93; молодежная – балл 2; веселая – 0,93.

С помощью визуального образа в опросе, «ВК» оценивается следующим образом: 67% опрошиваемых выбрали картинку с собакой, 32% – с котенком и 1% – с ручкой.

Характеристика «Одноклассники». Российская социальная сеть, принадлежащая VK и имеющая такие же функции. Проект запущен 26 марта 2006 года.

По данным собственной статистики сайта, на 2020 год зарегистрировано более 330 млн пользователей. Ежемесячная посещаемость составляет 45,9 миллиона человек только из России по данным Mediascope Web Index на декабрь 2020 года. На сайте пользователи в среднем проводят 14 минут в день.

С помощью семантического дифференциала в опросе, «Одноклассники» оценивается следующим образом: удобная в использовании – балл -0,3; дружелюбные участники – балл 0,4; популярная – балл -0,6; визуально привлекательная – балл -0,73; уникальная социальная сеть – балл -1,2; качественный контент – балл -0,8; с юмором – балл -0,43; развлекает – балл -0,43; затягивает – балл -1,13; для всех – балл -0,53; молодежная – балл -1,6; веселая – балл -0,6.

С помощью визуального образа в опросе, «Одноклассники» оценивается следующим образом: 58% опрошиваемых выбрали картинку с шалью, 35% – с домашним телефоном и 7% – с футболкой.

Характеристика «WhatsApp». Американский бесплатный сервис, который позволяет пользователям отправлять друг другу текстовые и аудиосообщения, обмениваться изображениями, видео и документами, а также бесплатно созваниваться по аудио- и видеосвязи. Был создан в ноябре 2009 года. На апрель 2022 года в социальной сети насчитывалось около 2млрд пользователей, аудитория в России 74,19 млн человек. В среднем пользователи WhatsApp в России проводят в мессенджере 16 минут в день.

С помощью семантического дифференциала в опросе, «WhatsApp» оценивается следующим образом: удобная в использовании – балл 1,2; дружелюбные участники – балл 1,3; популярная – балл 1,7; визуально привлекательная – балл 0,93; уникальная социальная сеть – балл 0,3; качественный контент – балл -0,07; с юмором – балл -0,13; развлекает – балл -0,53; затягивает – балл -0,8; для всех – балл 2,2; молодежная – балл 0,06; веселая – -0,4.

С помощью визуального образа в опросе, «WhatsApp» оценивается следующим образом: 43% опрошиваемых выбрали картинку с домашним телефоном, 29% – с футболкой и 28% – с ручкой.

Характеристика «Telegram». Платформа, созданная для обмена текстовыми, аудио- и видео-сообщениями, также позволяет пользователям обмениваться фото, видео, аудиозаписями, стикерами, создавать каналы и проводить трансляции в них, совершать аудио и видеозвонки друзьям и близким. Telegram был разработан в 2013 году, по данным на 2020 год было совершено 540 млн скачиваний в AppStore и Google Play, а число активных пользователей в месяц достигло 500 млн.

С помощью семантического дифференциала в опросе, «Telegram» оценивается следующим образом: удобная в использовании – балл 2,9; дружелюбные участники – балл 2; популярная – балл 2,9; визуально привлекательная – балл 2,5; уникальная социальная сеть – балл 2,2; качественный контент – балл 2,3; с юмором – балл 2,2; развлекает – балл 2; затягивает – балл 1,9; для всех – балл 2,4; молодежная – балл 2,8; веселая – 1,9.

С помощью визуального образа в опросе, «Telegram» оценивается следующим образом: 71% опрошиваемых выбрали картинку с котенком, 27% – собакой и 2% – с домашним телефоном.

Характеристика «ЯRUS». Новая российская социальная сеть, которая позволяет обмениваться текстовыми, аудио- и видео-сообщениями, публиковать посты, бесплатно слушать музыку, смотреть и выкладывать короткие видео как в TikTok. Также данная социальная сеть является монетизированной платформой, в которой можно копить «монетки» за вход, а затем выводить на банковский счет по курсу 1 балл – 1 рубль. Данный сервис был выпущен в январе 2021 года, аудитория составляет 10 млн человек на февраль 2023 года.

Опрос по данной социальной сети проходили 20 человек, так как остальные 10 ни разу не сталкивались с ЯRUS. С помощью семантического дифференциала в опросе, «ЯRUS» оценивается следующим образом: удобная в использовании – балл -0,7; дружелюбные участники – балл -0,06; популярная – балл -0,4; визуально

привлекательная – балл -0,7; уникальная социальная сеть – балл -0,4; качественный контент – балл -0,06; с юмором – балл 0,06; развлекает – балл -0,2; затягивает – балл -0,7; для всех – балл 0,13; молодежная – балл -0,2; веселая – -0,3.

С помощью визуального образа в опросе, «ЯRUS» оценивается следующим образом: 39% опрошиваемых выбрали картинку с ручкой, 23% – с футболкой, 20% – с домашним телефоном, и 18% – с шалью.

Заключение. Из всего вышесказанного можно сделать вывод, что на первом месте по популярности среди современных студентов располагается социальная сеть «Telegram», набравшая общих баллов – 28, на втором месте находится «ВКонтакте», набравшая общих баллов – 15,97, на третьем месте находится «WhatsApp», набравшая общих баллов – 5,76, на четвертом месте находится «ЯRUS», набравшая общих баллов – -3,53, и на последнем месте находится «Одноклассники», набравшая общих баллов – -7,53.

Список литературы

1. Telegram [Электронный ресурс]. URL: <https://ru.wikipedia.org/wiki/Telegram> (дата обращения: 25.04.2023).
2. WhatsApp [Электронный ресурс]. URL: <https://ru.wikipedia.org/wiki/WhatsApp> (дата обращения: 25.04.2023).
3. WhatsApp, Telegram, Viber: главные отличия «большой тройки» мессенджеров [Электронный ресурс]. URL: <https://trends.rbc.ru/trends/industry/6156fef89a7947827bf5a9b7> (дата обращения: 25.04.2023).
4. Аудитория соцсети «ЯRus» за восемь месяцев выросла до 10 млн пользователей [Электронный ресурс]. URL: <https://news.rambler.ru/internet/50437547-auditoriya-sotsseti-yarus-za-vosem-mesyatsev-vyroslo-do-10-mln-polzovateley/> (дата обращения: 25.04.2023).
5. ВКонтакте [Электронный ресурс]. URL: <https://ru.wikipedia.org/wiki/ВКонтакте> (дата обращения: 25.04.2023).
6. Как меняется аудитория социальных сетей и мессенджеров [Электронный ресурс]. URL: <https://blog.skillfactory.ru/auditoriya-soczialnyh-setej-i-messendzherov-v-2022-godu/> (дата обращения: 25.04.2023).
7. Новая российская соцсеть Yarus, как скачать на айфон, андроид или ПК [Электронный ресурс]. URL: <https://vsociale.com/novaya-rossijskaya-sotsset-yarus-kak-skachat-na-ajfon-android-ili-pk/> (дата обращения: 25.04.2023).
8. Обзор приложения ЯRUS отзывы, как там заработать и стоит ли там регистрироваться [Электронный ресурс]. URL: <https://oprosinc.ru/yarus-otzyvy/> (дата обращения: 25.04.2023).
9. Одноклассники (социальная сеть) [Электронный ресурс]. URL: [https://ru.wikipedia.org/wiki/Одноклассники_\(социальная_сеть\)](https://ru.wikipedia.org/wiki/Одноклассники_(социальная_сеть)) (дата обращения: 25.04.2023).
10. Откуда взялся telegram: история популярного мессенджера [Электронный ресурс]. URL: <https://trashbox.ru/topics/126606/otkuda-vzyalsya-telegram-istoriya-populyarnogo-messendzhera> (дата обращения: 25.04.2023).
11. Сравниваем аудитории социальных сетей [Электронный ресурс]. URL: <https://www.iphones.ru/iNotes/492880> (дата обращения: 25.04.2023).

Ермолова Екатерина Олеговна

кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры общей психологии и истории психологии, факультет психологии, Новосибирский государственный педагогический университет, shamka05@mail.ru, г. Новосибирск, Россия

ВНУТРИЛИЧНОСТНЫЕ И МЕЖЛИЧНОСТНЫЕ ГРАНИЦЫ МУЖЧИН ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА С НАРКОТИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТЬЮ

Аннотация. В статье представлено исследование особенностей внутриличностных и межличностных границ мужчин зрелого возраста. Проблемным вопросом является изучение психологических границ наркозависимых лиц. Эмпирическая выборка составила 80 мужчин в возрасте от 22 до 53 лет, среди которых – 40 мужчин, не имеющих наркотическую зависимость (контрольная группа – КГ), 40 мужчин, имеющих наркотическую зависимость (экспериментальная группа – ЭГ). В исследовании применены следующие методики «Психологическая граница личности» (Т. С. Леви), методика «Суверенность психологического пространства – 2010» (СПП – 2010) С. К. Нартовой-Бочавер и методика «Границы Я» (Н. Браун в адаптации Е. О. Шамшиковой). Достоверность результатов оценивалась при помощи *U*-критерия Манна – Уитни. Полученные результаты позволили сделать выводы о том, что мужчины зрелого возраста, имеющие наркотическую зависимость, более подвержены различного рода нарушениям внутриличностных и межличностных границ. Исследование нуждается в дальнейшем расширении, в том числе эмпирической базы.

Ключевые слова: психологические границы, внутриличностные границы, межличностные границы, зрелый возраст, наркотическая зависимость.

Ermolova Ekaterina Olegovna

*Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate Professor
of the Department of General Psychology and History of Psychology,
Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, shamka05@mail.ru,
Novosibirsk, Russia*

INTRAPERSONAL AND INTERPERSONAL BORDERS OF MATURE MEN WITH DRUG DEPENDENCE

Abstract. The article presents a study of the features of intrapersonal and interpersonal boundaries of men of mature age. A problematic issue is the study of the psychological boundaries of drug addicts. The empirical sample consisted of 80 men aged 22 to 53 years, among whom 40 do not have drug addiction (control group – CG), 40 men have drug addiction (experimental group – EG). The following methods were used in the study: “Psychological boundary of personality” (T. S. Levy), “Sovereignty of psychological space – 2010” (SPP – 2010) by S. K. adaptation of E. O. Shamshikova). The reliability of the results was assessed using the Mann – Whitney *U*-test. The results obtained made it possible to conclude that men of mature age who are addicted to drugs are more prone to various kinds of violations of intrapersonal and interpersonal boundaries. This study needs further expansion, including the empirical base.

Keywords: psychological boundaries, intrapersonal boundaries, interpersonal boundaries, mature age, drug addiction.

Введение. В зрелом возрасте мужчина, при психофизиологических изменениях организма, естественной перемене социального статуса и ролевых ожиданий,

возрастающей ответственности, и зачастую смене жизненной позиции, становится подвержен влиянию разного рода стрессов, как внутренних, так и внешних, которые всегда являются ближайшими спутниками внутриличностных и межличностных конфликтов. Имплицитный конфликт эксплицитно проявляется в разнообразных симптомах – от непонимания в семье и на службе, алкогольной и наркотической зависимости, до депрессивных состояний и суицидальных попыток. Вопрос о том, через какие именно симптомы выражает себя межличностный и внутриличностный конфликт, все ещё открыт для обсуждения, поскольку с одной стороны связан с выбранной для этого методологией ученого, с другой – социокультурными тенденциями, распространяющимися на момент изучения проблематики вопроса в обществе.

Следует подчеркнуть, что в последнее столетие, с момента создания первых психоактивных веществ, проблема зависимости не теряет своей актуальности, а только набирает обороты, переходя из разряда медицинской в социально-психологическую. Мужская наркомания – это с одной стороны популяризация средствами массовой информации измененных состояний сознания, при которых достигается «ложное» чувство счастья, с другой – единственная попытка психики совладать со стрессом в результате действия конфликтогена. Как индивидуальная предрасположенность, так и социокультурные тенденции общества отражаются в нахождении компромиссного образования – симптоме, посредством которого предпринимается попытка в разрешении конфликта мужчиной зрелого возраста.

Теоретические предпосылки исследования. Не останавливаясь отдельно на методологии изучения конструкта психологических границ [5], отметим, что большинство ученых выделяют 2 типа психологических границ: 1) внутриличностные границы и 2) межличностные границы.

Внутриличностные границы – это понимание собственного «Я» как отдельного от других, а также осознание других людей такими же носителями отдельного «Я». Внутриличностные границы являются определяющими в сфере человеческих возможностей и желаний. Они связаны с ценностями, установками и нормами, они определяют личность и служат ее индикатором. Внутриличностные границы имеют различную степень устойчивости, подвижность которой зависит от той или иной жизненной ситуации. Нарушение внутриличностных границ приводит к негативным последствиям, наиболее часто из которых встречается внутриличностный конфликт.

Нарушение внутриличностных границ носит понятие «внутриличностного конфликта». Его причинами могут стать:

1. Несоответствие личностных ожиданий достигнутым результатам;
2. Разочарование в себе (вызванные факторами не успешности);
3. Разрыв между социальными нормами и личностными потребностями;
4. Сниженная самооценка.

Исходя из причин нарушений выделяют виды внутриличностных конфликтов:

1. Нравственное несоответствие;

2. Мотивационный конфликт;
3. Конфликт нереализованных желаний;
4. Фрустрационный конфликт [3, с.66-68].

Другим видом границ являются межличностные границы, которые служат цели оберегать собственное «Я» от болезненных, угрожающих (самооценке или самопредставлению) впечатлений. В отличие от внутриличностных границ, межличностные границы более подвижны: они могут быть сдвинуты или трансформированы в случае исчезновения потенциальной угрозы и установления доверительных отношений» [4, с. 84].

Таким образом, главное отличие между межличностными и внутриличностными границами заключается в том, что межличностные –происходят между двумя или более людьми, тогда как внутриличностные происходят внутри психики самого индивида. При этом необходимо понимать, что построение здоровых межличностных границ возможно только при условии сформированности конструктивных внутриличностных границ.

Определим критерии «здоровых» границ личности. Если у человека выстроены конструктивные границы, он способен:

- отделять собственные потребности, с уважением относиться к потребностям и желаниям других людей;
- соотносить собственные потребности с внешними условиями;
- выстраивать границы и отделять сущности друг от друга;
- определять собственные убеждения и ценности, которые основаны на его аутентичном опыте, а не навязаны ему извне;
- открыто выражать свои чувства, не прибегая к манипуляциям и др.

В зрелом возрасте структура психологических границ, как полагается, уже достигла индивидуального оптимума и является устойчивым регулятором внутрипсихических и межличностных процессов.

- Зрелый возраст мужчин характеризуется рядом социальных изменений:
- заканчивается поиск профессиональных интересов, мужчина уже определился с родом профессиональной деятельности;
- мужчина принимает новые социальные роли «муж», «отец», «дед»;
- мужчина становится «уважаемым членом общества», с ним советуются, просят его помочь, оценивают его важность и значение в социуме.

На этом возрастном этапе происходит окончательное развитие и формирование психических, физических и умственных функций. Такие психические процессы, как: память, внимание, познавательная деятельность, умственные способности достигают своего максимального развития. Происходит окончательное определение интересов мужчины и стремление занять лидирующую позицию в обществе [5, с.189]. Успехи в профессиональной деятельности занимают одну из ведущих ролей в формировании собственного «Я»; происходит реальная оценка собственных достижений в соответствии с жизненными целями [4, с.190].

Как и любой жизненный этап, период взрослости может сопровождаться кризисом. Кризис среднего возраста – это сложное психоэмоциональное состоя-

ние, которое, как показывает практика, испытывают 2/3 мужчин. У мужчин период кризиса среднего возраста проявляется изменениями в эмоциональной и поведенческой сферах. Появляются мысли о собственной несостоятельности, боязни приближающейся старости, ненависти к повседневной рутине. Последствия кризиса среднего возраста у мужчин 30–45 лет могут проявиться как в благоприятном, так и неблагоприятном результате. В первом случае человек переоценивает свое отношение к жизни, семье, к достижениям. Неблагоприятный результат угрожает потере мужчиной семьи, увольнению с работы, длительной депрессией, развитием зависимости.

Таким образом, обоснована актуальность изучения внутриличностных и межличностных границ мужчин зрелого возраста (с наркотической зависимостью).

Результаты исследования и их обсуждение. В исследовании были использованы следующие методики:

1. Методика «Психологическая граница личности» (Т.С. Леви) [1].
2. Методика «Суверенность психологического пространства – 2010» (СПП – 2010) С. К. Нартовой-Бочавер [2].
3. Методика «Границы Я», 2009 (Н. Браун в адаптации Е. О. Шамшиковой) [6].

Для оценки различий между двумя независимыми выборками (контрольной и экспериментальной) был применен U-критерий Манна- Уитни.

На графике (рис. 1) представлено процентное распределение функций границ в двух выборках по методике «Психологическая граница личности» (Т. С. Леви).

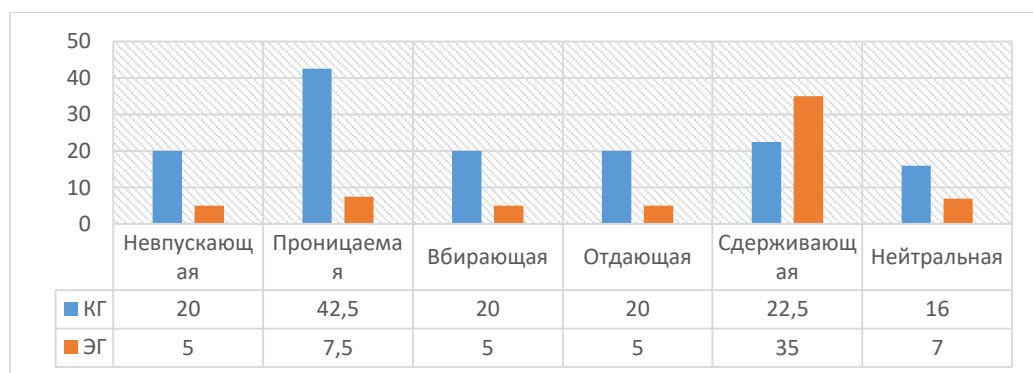


Рис. 1. Количество испытуемых с пиками по исследуемым шкалам по методике «Психологическая граница личности», Т. С. Леви, в %

Результаты диагностики демонстрируют, что мужчины зрелого возраста без наркотической зависимости (КГ) активнее выстраивают собственные психологические границы в то время, как у мужчин зрелого возраста с наркотической зависимостью (ЭГ) снижены функциональные способности основных единиц структуры психологических границ: активно не пропускающая функция границы; прони-

цаемая функция границы; активно-вбирающая функция; активно отдающая функция и спокойно-нейтральная функция. Таким образом, у мужчин зрелого возраста с наркотической зависимостью наблюдается рассогласованность телесных и соматических функций. Наиболее значимая функция (спокойно-нейтральная) нарушена, что указывает на низкую способность к взаимодействию с окружающими людьми, нарушение «самопринятия» и недостаточную уверенность в себе.

Результаты исследования по методике «Суверенность психологического пространства С. К. Нартовой-Бочавер представлены на рисунке 2.

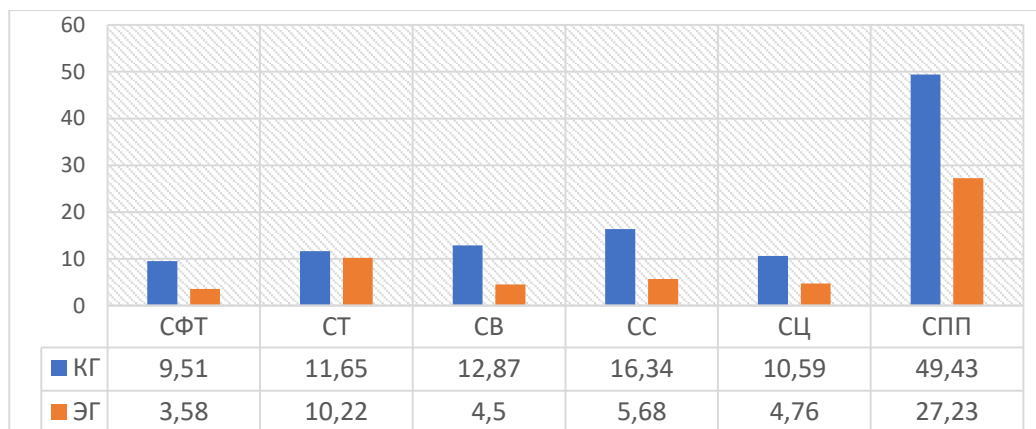


Рис. 2. Средние значения по шкалам методики «Суверенность психологического пространства», С. К. Нартовой-Бочавер

Основываясь на рисунке, видно, что в ЭГ нарушена сохранность личностных границ; при этом отмечается, что испытуемые данной группы гораздо чаще, нежели испытуемые КГ испытывают чувство дискомфорта, вызванное посторонними запахами; в значительно большей мере у них проявляется нарушение или отсутствие территориальных границ; непризнание прав на личные вещи; насильственные попытки изменения комфортного для другого человека распорядка жизни; различные формы спонтанной активности реализации собственных потребностей. Перечисленные выше особенности психологических границ ЭГ свидетельствуют о имеющихся нарушениях во взаимоотношениях с окружающими и пониманием собственного «Я».

Завершающей методикой исследования психологических границ мужчин с наркотической зависимостью и без нее стала методика «Границы Я» Н. Браун, в адаптации Е.О. Шамшиковой (рис. 3)

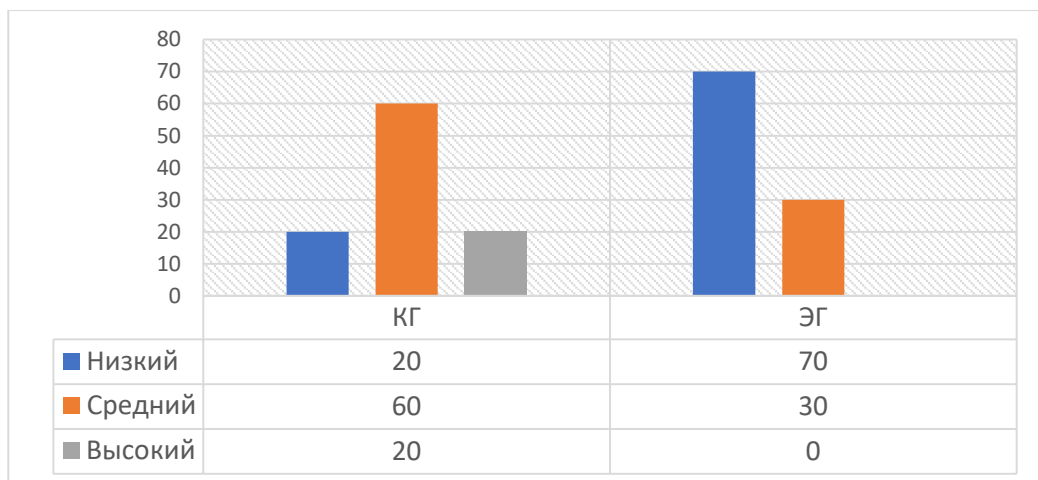


Рис. 3. Уровни сформированности психологических границ личности по методике «Границы Я», Н. Браун, в адаптации Е.О. Шамшиковой, в %

Данные диагностики указывают на то, что у мужчин с наркотической зависимостью преобладает низкий уровень сформированности психологических границ: они часто нарушают границы других людей, не способны адекватно удерживать психологическую дистанцию, и контролировать и защищать собственное психологическое пространство.

Для подтверждения наличия значимых различий по шкалам методик, диагностирующих состояние внутриличностных и межличностных границ, был применен непараметрический критерий сравнения U-Манна-Уитни.

Таблица

Средние ранки по параметрам шкал методик в двух группах, мужчины с наличием наркотической зависимости и без нее

	Выборка	N	Средний ранг	Уровень значимости
1	2	3	4	5
Активно не пропускающая функция	КГ	40	57.8	p=0,05
	ЭГ	40	23.1	
Проницаемая функция	КГ	40	53.7	p=0,05
	ЭГ	40	27	
Активно вбирающая функция	КГ	40	58.9	p=0,01
	ЭГ	40	22.2	
Активно отдающая функция	КГ	40	58.8	p=0,01
	ЭГ	40	22.2	
Активно сдерживающая функция	КГ	40	55.3	p=0,05
	ЭГ	40	25.6	
Спокойно-нейтральная функция	КГ	40	56.9	p=0,05
	ЭГ	40	24	
Суверенность физического тела	КГ	40	54	p=0,05
	ЭГ	40	26.9	
Суверенность территории	КГ	40	53.5	p=0,05
	ЭГ	40	27.7	

Окончание табл.

1	2	3	4	5
Суверенность мира вещей	КГ	40	53	p=0,05
	ЭГ	40	28	
Суверенность социальных связей	КГ	40	59	p=0,01
	ЭГ	40	22	
Суверенность ценностей	КГ	40	52.7	p=0,05
	ЭГ	40	28.2	
Суверенность психологического пространства	КГ	40	57.1	p=0,05
	ЭГ	40	23.9	
Способность удерживать психологическую дистанцию	КГ	40	56.1	p=0,05
	ЭГ	40	24.8	

Применение метода математической статистики позволило выявить значимые различия по всем шкалам опросников, направленных на диагностику состояния внутриличностных и межличностных границ, что является весьма ожидаемым, согласно гипотезе исследования, однако весьма удивительным результатом. Таким образом, произведенные расчеты указывают на то, что сформированность психологических границ у мужчин зрелого возраста без наркотической зависимости в значительной степени выше, чем у мужчин зрелого возраста, имеющих наркотическую зависимость.

Список литературы

1. *Леви Т. С.* Методика диагностики психологической границы личности // Вопросы психологии. 2013. № 1. С. 131–146.
2. *Нартова-Бочавер С. К.* Опросник «Суверенность психологического пространства» – новый метод диагностики личности // Психологический журнал. 2004. Т. 25, № 5. С. 77–89.
3. *Пивненко Т. В.* Психологические границы «Я» в игре детей, не принимаемых сверстниками: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М.: МГППУ, 2008. 26 с.
4. *Петренко В. Ф., Шмелев А. Г.* Теоретические предпосылки психосемантического подхода к исследованию личности // Личность в системе коллективных отношений: тезисы докладов Всесоюзной конференции в г. Курске. М.: АНП СССР, 1980. С. 124–125.
5. *Шамшикова О. А., Шамшикова Е. О.* О феномене «Психологические границы Я» // Социокультурные проблемы современной молодежи: материалы междунар. науч.-практ. конференции / под науч. ред. Н. Я. Большуновой, О. А. Шамшиковой. Новосибирск, 2006. С. 287–301.
6. *Шамшикова Е. О.* Адаптация зарубежной методики «Границы Я» Н. Браун (N. Brown) // Мир науки, культуры, образования. 2009. № 4 (16). С. 167–173.

Ефимов Виктор Николаевич

*аспирант кафедры психологии, педагогики и права, Новосибирский государственный университет экономики и управления,
г. Новосибирск, Россия*

ОЦЕНКА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ УСПЕШНОСТИ СПОРТСМЕНА

Аннотация. Оценка соревновательной успешности спортсмена перед соревнованиями представляет проблему спортивной психологии. Цель исследования – обоснование возможности оценки успешности спортсмена на основе показателей вариабельности сердечного ритма. Отмечено, что показатели работы сердечно-сосудистой системы коррелируют с психологическими параметрами, что достигается в процессе длительных тренировок.

Ключевые слова: спортивная психология, соревновательная успешность, вариабельность сердечного ритма.

Efimov Viktor Nikolaevich

*Postgraduate student of the Department of Psychology, Pedagogy and Law
of the Federal State Educational Institution of Higher Education, Novosibirsk, Russia*

EVALUATION OF COMPETITIVE SUCCESS OF AN ATHLETE

Abstract. Evaluation of competitive success of an athlete before a competition is a problem of sports psychology. The purpose of the study was to substantiate the possibility of evaluating the success of an athlete based on heart rate variability indicators. It is shown that the performance of the cardiovascular system correlates with psychological parameters, which is achieved during long-term training.

Keywords: sports psychology, competitive success, heart rate variability.

Спортивная деятельность предъявляет повышенные требования к организму спортсмена, не только к его физической сфере, но и к психоэмоциональной устойчивости, способности сконцентрироваться и целенаправленно произвести необходимую работу. Диагностика и прогнозирование свойств психики, благодаря которым человек сможет выполнить спортивную задачу, определение психологических и психофизиологических факторов, определяющих успешность спортсмена, представляет научную проблему. Классические исследования в качестве предполагаемых детерминант эмоциональной устойчивости постулируют особенности нервной системы [2, 6,7] и психической регуляции деятельности [1, 4]. Современные авторы отдают предпочтение собственно эмоциональным особенностям и типу темперамента [10]. Наряду с психологическими факторами, определяющими специфику эмоциональной устойчивости индивида, анализируют условия конкретной ситуации, степень ее экстремальности или эмоциогенности. При этом наибольшее внимание авторы уделяют связи эмоциональной устойчивости с такими отдельными способностями, как высокая сила нервной системы, лабильность и подвижность нервных процессов, низкий уровень тревожности или невро-

тизма, высокий самоконтроль и др., которые рассматриваются как детерминанты эмоциональной устойчивости человека [5, 8, 10].

Однако получаемые при этом данные свидетельствуют об отсутствии строгой и однозначной зависимости эмоциональной устойчивости от определенных полюсов психофизиологических и психологических параметров. Подобные факты расхождения иллюстрируются рядом экспериментальных работ, выполненных на материале спортивной и других видов деятельности [8, 9]. В частности, авторами этих исследований установлено, что один и тот же полюс какого-либо из названных параметров (например, высокий уровень тревожности, или силы нервной системы) может выступать в роли как положительного, так и отрицательного фактора в эмоциогенных условиях спортивной деятельности. В связи с этим, поиск объективных критериев успешности в напряженных условиях спортивных соревнований остается актуальным.

Спортивные соревнования – это проявление концентрированной взаимосвязи целенаправленного психоэмоционального возбуждения и активации физических ресурсов. Эта целенаправленная концентрация осуществляется в результате многократных повторений, следовательно, оттачивается именно та форма соответствия психоэмоционального и физического единства, которая является оптимальной для достижения нужного результата в определенном виде спорта. Следовательно, получив определенные корреляции между психическими и физическими феноменами, можно понять основы функционирования организма спортсмена в условиях запредельных нагрузок.

Многократно доказано, что активация психоэмоциональной сферы в период напряженной деятельности (или напряженных тренировок и соревнований у спортсменов, что не имеет принципиального значения) сопровождается определенной активацией сердечно-сосудистой системы (ССС), изменениями ее реактивности, что можно выявить при анализе вариабельности сердечного ритма. Показано, что психоэмоциональные и сердечно-сосудистые функции имеют высокие корреляции [12]. Существует доказанная ассоциированность основных нейрогормональных механизмов, опосредующих изменения сердечного ритма, с состоянием микроциркуляции, связывающей вегетативную регуляцию с психологическими и физиологическими процессами в применении к конкретной поведенческой ситуации [3].

Вместе с тем, неясно, имеются ли взаимосвязи между способностью концентрироваться для выполнения сверхзадачи (например, на соревнованиях) и особенностью реактивности СССР? Мы предполагаем, что такие связи существуют.

Нами высказано предположение, что в основе успешности спортсмена лежит высокий уровень спортивной мотивации, который взаимосвязан со способностью к концентрации психофизических возможностей в период соревнований, что коррелирует с вариабельностью сердечного ритма (ВСР). Анализ ВСР спортсмена может позволить предсказать соревновательную успешность спортсмена.

Цель исследования: обоснование возможности оценки успешности спортсмена на основе показателей вариабельности сердечного ритма.

Методология исследования выстраивалась в рамках построения модели успешности спортсмена на основании психологических факторов, с одной стороны, и гемодинамических моделей в оценке успешности спортсмена, его функциональных резервов, с другой.

Эмпирическое исследование проводилось на базе Детско-юношеской спортивной школы г. Новосибирска, выборку составили 55 спортсменов мужского пола из класса олимпийского резерва, в возрасте 14-16 лет. Общая выборка была дифференцирована по признаку наличия разряда. Экспериментальную группу 1 (N=12) составили спортсмены, имеющие звание КМС (кандидат в мастера спорта), экспериментальную группу 2 (N=15) – 1 разряд, экспериментальную группу 3 (N=13) – 2 разряд, экспериментальную группу 4 (N=15) – имеющие 3 разряд. Наблюдение за спортсменами и измерение психофизиологических параметров осуществлялось непосредственно перед соревнованием. Производилась запись ВСР с помощью фотоплетизмографического датчика, и использовались стандартные индексы ВСР с последующей их интерпретацией.

Методы исследования включали психологическое анкетирование и параллельный психофизиологический тестинг.

Психодиагностика: Методика «Диагностика мотивационной структуры личности» В.Э. Мильмана, Методика «Мотивация успеха и боязнь неудачи» А.А. Реана, Методика диагностики самооценки мотивации Д.Марлоу и Д.Крауна. Содержательная сторона структуры мотивации определялась средним значением того или иного мотива.

Математические методы – *описательной* статистики (группировка данных по их значениям, среднее) и *индуктивной* статистики (Н – критерий Крускала-Уоллиса).

Психофизиологические методы включали первичные и вторичные (расчетные) гемодинамические показатели. Это показатели центральной гемодинамики (ЦГД), пульс (1,0; макс.1,0); адаптационный потенциал сердечно-сосудистой системы (1,0); АД систолическое (0,9); ударный объем по Старру (0,9); среднее АД (0,87); АД диастолическое (0,7); вегетативный индекс Кердо (0,62).

Результаты. Выявлено, что оценка «психическая стабильность» прямо коррелировала (Спирмана) $r_{sp} = 0,617$ со спортивной успешностью и $r_{sp} = 0,451$ с оценкой «гармоническая личность» ($P = 0,01$). Исходно была проведена статистическая проверка и показано, что полученные записи ВСР не были подвержены влиянию случайных факторов – времени записи, нечеткая фиксация датчика и другие артефакты (влажность рук и т.п.). Показано, что стандартизированная средняя оценка по результатам ОФП-тестирования (общефизической подготовки) позволяет выявить отличия среди членов команды. Сравнение было проведено по показателям пульса во время занятий и после 5-ти минутного отдыха, способности следовать установкам тренера, индексу Баевского (чем ниже, тем лучше показатели). Выявлено, что общая мощность сердечного ритма является информативным маркером, при его снижении у детей возрастает степень утомляемости. Экспериментальное исследование показало, что спортсмены, умеренно сильно ориентиро-

ванные на успех, предпочитают средний уровень риска. Те же, кто боится неудач, предпочитают малый или, наоборот, слишком большой уровень риска. Чем выше мотивация человека к успеху – достижению цели, тем ниже готовность к риску. При этом мотивация к успеху влияет и на надежду на успех: при сильной мотивации к успеху, надежды на успех обычно скромнее, чем при слабой мотивации к успеху. К тому же, людям, мотивированным на успех и имеющим большие надежды на него, свойственно избегать высокого риска. Когда у спортсмена имеется высокая мотивация к избеганию неудач (защита), то это препятствует мотиву к успеху – достижению цели. На основе полученных данных нами были составлены мотивационные профили спортсменов в зависимости от разряда.

Заключение.

Наши наблюдения и имеющиеся на сегодняшний день данные литературы позволяют говорить о том, что изменение некоторых составляющих ВСП может быть ассоциировано с успешностью спортсмена на предстоящих соревнованиях и установками спортсмена на победу.

Список литературы

1. *Алексеев А. В.* Метод объективной оценки навыков психической саморегуляции // Стресс и тревога в спорте: междунар. сб. науч. статей. М.: Физкультура и спорт, 1983. 288 с.
2. *Вяткин Б. А.* Темперамент, стресс и успешность деятельности спортсмена в соревнованиях // Стресс и тревога в спорте: междунар. сб. науч. статей. М.: Физкультура и спорт, 1983. 288 с.
3. *Дресвянников В. Л., Пронин С. В., Чухрова М. Г.* Выявление склонности к рисковому поведению с помощью анализа вариабельности сердечного ритма // Мир науки, культуры, образования. 2015. № 6 (55). С. 273–276.
4. *Киселев Ю. Я.* Оценка эмоционального возбуждения в реальных условиях спортивной деятельности // Стресс и тревога в спорте: междунар. сб. науч. статей. М.: Физкультура и спорт, 1983. 288 с.
5. *Кузьмин Е. Б., Азиуллин Р. Р., Денисенко Ю. П., Ионов А. А., Гераськин А. А.* Спортивная мотивация как психическое состояние личности спортсмена // Здоровье человека и методика физической культуры и спорта. 2016. № 1. С. 97–110.
6. *Мерлин В. С., Палей И. М.* Проблемы интегральной характеристики индивидуальности в дифференциальной психологии // Проблемы дифференциальной психологии и ее генетические аспекты. Пермь, 1975. С. 28–30.
7. *Мильман В. Э.* Стресс и личностные факторы регуляции деятельности // Стресс и тревога в спорте: междунар. сб. науч. статей. М.: Физкультура и спорт. 1983. 288 с.
8. *Пронин С. В., Чухрова М. Г., Филлипова Ю. С.* Мониторинг здоровья спортсменов, занимающихся в спортивных секциях // Медицина Кыргызстана. 2017. Т. 1, № 2. С. 10–12.
9. *Пронин С. В., Чухрова М. Г.* Трансдиагностические биомаркеры в оценке суицидальной предрасположенности у наркотических аддиктов // Суицидология. 2018. № 9 (4). С. 69–78.
10. *Струанов С. М., Гаврилов Д. А., Пахомов А. Н., Мальхин А. В.* Влияние темперамента на выбор специализации в спорте // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2021. № 7 (197). С. 354–358.
11. *Фетискин Н. Т.* Влияние мотивации на устойчивость к однотипной деятельности // Ананьевские чтения – 99: Тезисы научно-практической конференции. СПб., 1999. С. 127–128.
12. *Beauchaine T. P., Thayer J. F.* Heart rate variability as a transdiagnostic biomarker of psychopathology // Int. J. Psychophysiol. 2015. № 98 (2 Pt 2). P. 338–350.

Ефимова Алина Игоревна

*студентка 3 курса, направление «Психология», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет, na.than@mail.ru,
г. Новосибирск, Россия*

ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация. В работе рассматривается тема эмоционального интеллекта, а также его особенности в подростковом возрасте. В вводной части дается определение и краткая история понятия эмоционального интеллекта в целом. В основной части работы уделяется внимание вопросу подросткового возраста, обозначены его границы и дается общая характеристика физиологических и психологических особенностей. В заключительной части раскрывается сфера конкретно-эмоционального интеллекта в подростковом возрасте.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, подростковый возраст, социальный интеллект.

Efimova Alina Igorevna

*3rd year Student, direction "Psychology", Faculty of Psychology, Novosibirsk State
Pedagogical University, na.than@mail.ru, Novosibirsk, Russia*

FEATURES OF EMOTIONAL INTELLIGENCE IN ADOLESCENT AGE

Abstract. This paper discusses the topic of emotional intelligence, as well as its features in adolescence. The introductory part defines and briefly describes the concept of emotional intelligence in general. In the main part of the work, attention is paid to the issue of adolescence, its boundaries are outlined and a general description of physiological and psychological characteristics is given. In the final part, the scope of specifically emotional intelligence in adolescence is revealed.

Keywords: emotional intelligence, adolescence, social intelligence.

Изначально эмоциональный интеллект связывали с понятием «социального интеллекта». Данный термин впервые был употреблен Э. Ли Торндайком в 1920 году. Он понимал его как способности добиваться успехов в межличностных ситуациях, вести себя мудро и в соответствии со сложившейся ситуацией. То есть социальный интеллект представляет собой совокупность навыков и способностей, уровень которых определяет успешность социального взаимодействия. Социальный интеллект, согласно схеме, представленной Айзенком является одним из трех типов интеллекта: биологический (отражает физиологические способности человеческого мозга), психометрический (то, что принято измерять в качестве IQ, и измерять при помощи тестов) и непосредственно социальный. Однако, в настоящее время, эмоциональный интеллект рассматривается как самостоятельная концепция и, не смотря на все же имеющиеся точки соприкосновения с социальным интеллектом, обладающая собственными специфическими аспектами. Исходя из этого данные два феномена могут представляться исключительно как, пусть и пересекающиеся, но самостоятельные области [1].

Впервые термин «Эмоциональный интеллект» появился в 1964 году в работе «Чувствительность к выражению эмоций в трех формах общения» Майкла Белдока. Сама же концепция эмоционального интеллекта была введена Питером Саловеем и Джоном Д. Майером в 1990-х годах, а затем более подробно разработана и доведена до широкой общественности Дэниелом Гоулманом. Эта концепция, также известная как эмоциональный коэффициент или ЭИ, приобрела в последние годы обширное признание и привлекла многих исследователей.

Таким образом, понятие эмоционального интеллекта обязано своим зарождением социальному интеллекту и представляет собой совокупность врожденных и приобретенных качеств и навыков человека, главным образом направленных на обеспечение успешной коммуникации как с отдельными людьми и обществом, так и с самим собой. Речь идет об умении распознавать, интерпретировать и понимать какие эмоции испытывает индивид. Данный набор навыков дает возможность понимать мотивы, предугадывать намерения и желания окружающих людей и себя самого, что позволяет, в определенной степени, влиять пусть и не на сам факт возникновения, но на проявление эмоций.

Подростковый возраст согласно Д.Б. Эльконину не имеет четких границ, так как у каждого человека он протекает индивидуально, однако, как правило, ориентировочно находится в диапазоне 11-15 лет и в качестве ведущего вида деятельности характеризуется интимно-личностным общением. Интимно-личностное общение представляет собой нацеленность подростка на коммуникацию со сверстниками, носящую интимно-личностный характер, то есть позволяющую установить особо значимую связь между участниками коммуникации. В данный период человек формирует нравственные представления, социальные установки и также собственное «Я».

Начать стоит с того, что в целом вся эмоциональная сфера в подростковом возрасте нестабильна и претерпевает сильные изменения в связи с возрастным кризисом. Во многом это связано как с биологическими причинами (изменение и перестройка организма, особая активность гормонов), так и социальные. К социальным причинам можно отнести смену социальной ситуации развития, подразумевающую переход от детства к взрослой жизни, когда необходимо начинать брать ответственность за себя и свои поступки в сочетании с переориентацией их ведущего вида деятельности с общения с родителями и учителями на общение со сверстниками. Подростки невероятно зависимы от своего окружения, сверстники являются для них в определенном смысле основным источником мироощущения, они те, на кого подросток равняется и на чье мнение полагается, порой возводя в абсолют. Зная данный факт несложно понять причину эмоциональной нестабильности личности, находящейся в, непропорциональном из-за быстрого изменения и роста, теле.

В подростковом возрасте в целом присутствует огромное количество противоречий. Подростки одновременно объединяет в себе нежность и жестокость, заинтересованность и безразличие, замкнутость и открытость и так далее. Это

обуславливается отчасти поиском самого себя в подростковом возрасте, попыткой понять, что из себя представляет собственная личность.

Кроме того, возвращаясь к переориентации ведущего вида деятельности подростков также особое внимание стоит уделить особому новообразованию, возникающему в этом возрасте – чувству взрослости. Оно характеризуется тем, что подросток начинает относиться к себе и воспринимать как взрослого и здесь возникает еще одно противоречие. Главная проблема заключается в том, что подростки все еще являются согласно закону детьми, окружающие взрослые все еще относятся и воспринимают их как детей, а также они по-прежнему зависимы от родителей, что и приводит к некому диссонансу, что так же имеет влияние на их общее эмоциональное состояние.

Одной из ключевых особенностей эмоционального интеллекта в подростковом возрасте является изменчивость эмоций.

Как отмечает Лаура Петронцио, "в подростковом возрасте эмоциональный мир детей часто находится в состоянии постоянной переменчивости, и это может создавать определенные трудности в управлении своими эмоциями". В связи с этим, важно развивать у подростков умение распознавать свои эмоции и управлять ими.

Еще одной важной особенностью эмоционального интеллекта в подростковом возрасте является способность понимать и учитывать чувства других людей. "Важно научить подростков уважать чувства других людей и учитывать их в своих действиях", – говорит Петронцио. Умение понимать и учитывать эмоции других людей помогает подросткам строить качественные отношения со сверстниками, родителями, учителями и другими важными людьми в их жизни.

Кроме того, эмоциональный интеллект в подростковом возрасте связан с развитием социальных навыков и умений. "Подростки с высоким уровнем эмоционального интеллекта лучше справляются с конфликтными ситуациями и могут находить компромиссы в отношениях с другими людьми", – отмечает Джон Майер. Это делает эмоциональный интеллект важным фактором успешной адаптации подростков к обществу.

Итак, особенности эмоционального интеллекта в подростковом возрасте включают в себя изменчивость эмоций.

Ученые также отмечают, что в подростковом возрасте происходят существенные изменения в саморегуляции эмоций. По словам Н. Маркус и Д. Фелтман, "подростки еще не обладают тем уровнем контроля над своими эмоциями, который есть у взрослых, и, следовательно, они часто испытывают эмоциональное напряжение".

Кроме того, у подростков часто возникают конфликты внутриличностного и межличностного характера, связанные с эмоциональной сферой. Как отмечает Л. Хоффман, "подростки испытывают трудности в понимании эмоций других людей, что приводит к конфликтам и недопониманию".

Однако, по мнению некоторых ученых, именно подростковый возраст является ключевым периодом для развития эмоционального интеллекта. Как утвер-

ждает П. Сэловеи, "в подростковом возрасте формируются ключевые компоненты эмоционального интеллекта, такие как умение распознавать и управлять своими эмоциями, а также эмпатия и социальная компетентность".

Таким образом, подростковый возраст является периодом интенсивного развития эмоционального интеллекта, однако он также сопровождается изменчивостью эмоций и трудностями в саморегуляции и межличностных отношениях.

Список литературы

1. Люсин Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования / под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. М.: Ин-т психологии РАН, 2012. С. 29–36.

2. Mayer John D., Salovey P. What is emotional intelligence? // Emotional development and emotional intelligence: educational implications / Ed. by P. Salovey, D. Slater. N. Y.: Perseus Books, 1997. P. 3–31.

3. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ. М.: Манн, Иванов и Фербе, 2013. 560 с.

УДК 159.9

Иващенко Дарья Владимировна

студентка, направление «Психология», профиль «Психологическое консультирование и психология личности», Новосибирский государственный университет экономики и управления, г. Новосибирск, Россия

ОСНОВНЫЕ ФАКТОРЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТРЕССА У МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ

Аннотация. Статья посвящена изучению актуальной проблемы профессионального стресса у медицинских работников, так как сейчас все люди испытывают стресс, а медицинские работники пытаются помочь больным, часто забывая о себе.

Ключевые слова: профессия, стресс, стрессовые состояния, медицинские работники.

Ivashchenko Darya Vladimirovna

Student, direction "Psychology", profile "Psychological counseling and personality psychology", Novosibirsk State University of Economics and Management, Novosibirsk, Russia

THE MAIN FACTORS OF OCCUPATIONAL STRESS IN MEDICAL WORKERS

Abstract. The article is devoted to the study of the actual problem of occupational stress among medical workers, since now all people are experiencing stress, and medical workers are trying to help patients, often forgetting about themselves.

Keywords: profession, stress, stressful conditions, medical workers.

Актуальность темы заключается в том, что влияние профессионального стресса у медицинских работников стало возрастать, в связи с тем, что к медицине стали относиться как к сфере услуг, не считаясь с тем, что медицина – это не только ремесло, но и в какой-то степени искусство. Кроме того, общеизвестна перегруженность медиков на рабочем месте.

Целью исследования было изучение особенностей и факторов профессионального стресса у медицинских работников, по материалам опубликованных работ.

Профессиональный стресс – многообразный феномен, выражающийся в психических и соматических реакциях на напряженные ситуации в трудовой деятельности человека. Стресс может быть обусловлен как индивидуальными особенностями человека, так и особенностями его профессиональной деятельности и рабочей обстановки. Чаще профессиональному стрессу подвергаются работники умственного труда [3].

Причиной развития профессионального стресса может быть не только слишком большой круг профессиональных обязанностей, но и недостаточно четкие требования со стороны руководства, долгая дорога на работу, сложные взаимоотношения с коллегами, низкая заработная плата, отсутствие перспектив развития и даже недостаточная загруженность[3].

Стресс на рабочем месте могут вызывать не только психологические аспекты, но и условия труда, не соответствующие санитарным нормам: недостаточная освещенность, низкая или высокая температура в помещении, отсутствие адекватного воздухообмена. При работе в таких условиях организм работает на пределе адаптационных ресурсов, что заканчивается истощением.

Источники профессионального стресса:

Режим работы. Часто график ненормированный, вследствие чего нет времени на себя. Коммуникация. Сложные отношения с коллегами, начальством, пациентами. Ролевой фактор. Высокая ответственность, узкий круг полномочий. Карьерные трудности. Психологический климат на работе. Сложности в соответствии между амбициями и реальными должностями. Внеорганизационные факторы. Трудности в личной жизни [2].

Особенности профессионального стресса у медицинских работников. В работе врачей разных специальностей всегда присутствуют такие факторы, как постоянное общение с большим количеством людей, тяжёлый график работы, большая ответственность за каждое принятое решение в отношении пациентов. Медицинские работники часто вынуждены работать в ночную смену, что вызывает недосыпы, нервные срывы.

Профессиональное выгорание у медицинских работников характеризуется следующими проявлениями: чувство усталости, головные боли, колебания артериального давления, нарушение сна, раздражительность, тревожность, чувство вины, низкая продуктивность, цинизм, ощущение собственной некомпетентности [1].

Подверженность профессиональному стрессу зависит от индивидуальных физиологических особенностей и типа личности. Наиболее подвержены выгора-

нию несколько категорий медработников. Добросовестные, аккуратные, стремящиеся к порядку люди сильно переживают из-за каждой неудачи. Ухудшение состояния, а тем более смерть пациента вызывает у них глубокое чувство вины даже в случае, если они все сделали правильно. Это провоцирует постоянные внутренние переживания, которые в итоге приводят к тяжелым психосоматическим расстройствам.

Выделяют три фазы профессионального стресса у медицинских работников:

1. Фаза напряжения. Преобладают острые переживания, неудовлетворенность собой, тревожность.

2. Фаза резистенции. Отмечается уменьшение эмоциональной отдачи, предпринимаются попытки сократить перечень своих функциональных обязанностей. В семье, при общении с друзьями врач также становится менее эмоциональным.

3. Фаза истощения. Дефицит эмоций, резкость, грубость, отсутствие сочувствия, обидчивость, отстраненность, психосоматические и вегетативные расстройства [1].

Профилактика профессионального выгорания. К сожалению, в большинстве лечебных учреждений не уделяют должного внимания профилактике профессионального выгорания. Именно поэтому так много жалоб на медицинских работников поступает со стороны пациентов. Постоянным стрессом обусловлен и уход многих специалистов в другие сферы деятельности [2].

Профессиональный стресс оказывает негативное влияние на качество оказания медицинской помощи и жизни медицинских работников. Именно поэтому данной проблеме нужно уделять должное внимание. Профессия врача и медсестры сопряжена с ежедневным стрессом, поэтому групповая и индивидуальная работа психологов с медицинскими работниками является важным аспектом профилактики психосоматических расстройств. Постоянные психические нагрузки на работе приводят не только к поведенческим расстройствам, но и вызывают серьезные нарушения в работе нервной и сердечно-сосудистой системы. Лучший способ борьбы с неблагоприятными последствиями – профилактика постоянного стресса, создание условий для психологической разгрузки медицинских работников.

Таким образом, важно понимать, что работа с людьми очень тяжёлый эмоциональный и физический труд, а для того, чтобы не срываться на пациентов, не выгорать, нужно чаще отдыхать, найти себе хобби, и самому работнику проходить медицинское обследование почаще, чтобы вовремя отследить проблемы.

Список литературы

1. *Винокур В. А., Рыбина О. В.* Синдром профессионального выгорания у медицинских работников: психологические характеристики и методические аспекты диагностики // Психодиагностика и психокоррекция. Руководство для врачей и психологов. СПб.: Питер, 2008. С. 205–235.
2. *Иванова Н. К.* Профессиональное выгорание: формирование практических умений и навыков по успешному преодолению стресса // *Работник социальной службы.* 2009. № 3. С. 87–98.

3. Костина Т. М., Филимонова Е. А. Профессиональный стресс и его влияние на эффективность деятельности предприятия // Вестник Алтайской академии экономики и права. 2022. № 10-3. С. 426–432.

4. Самыгин С. И., Кротов Д. В., Столяренко Л. Д. Психология: учеб. пособие. М.: Феникс, 2020.

Научный руководитель – М. Г. Чухрова,
д-р мед. наук, проф. кафедры психологии, педагогики и правоведения,
Новосибирский государственный университет экономики и управления

УДК 316.6

Иноятова Саидахон Рустам қизи

соискатель, Институт изучения проблем молодежи и подготовки перспективных кадров при Агентстве по делам молодежи Республики Узбекистан, saida_0890@mail.ru, г. Ташкент, Узбекистан

МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ЛИЧНОСТНЫХ И УПРАВЛЕНЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У ЛИДЕРОВ МОЛОДЕЖИ

Аннотация. В работе понятие «лидерство» рассматривается как способность человека влиять на личность, группу людей, ориентируя на достижение общих целей, как естественный процесс социально-психологического типа, при котором личный авторитет используется для влияния на деятельность членов группы. Лидер воздействует на коллектив, формируя поведение, вносящее изменения в систему отношений. Лидер и его поведение, привычки выделяются на фоне остальных, вследствие чего демонстрируется уверенность, готовность управлять командой, принимая ответственность за решения и исход деятельности.

Ключевые слова: лидер, способности, инициатива, эмоциональный контроль.

Inoyatova Saidakhon Rustam-kizi

Applicant, Institute of Notification of Youth Problems and training of Promising Personnel at the Agency for Youth Affairs of the Republic of Uzbekistan, saida_0890@mail.ru, Tashkent, Uzbekistan

METHODOLOGICAL FOUNDATIONS OF THE STUDY OF PERSONAL AND MANAGERIAL QUALITIES OF YOUTH LEADERS

Abstract. In the work, the concept of “leadership” is considered as the ability of a person to influence a person, a group of people, focusing on achieving common goals, as a natural process of a socio-psychological type, in which personal authority is used to influence the activities of group members. The leader influences the team, forming behavior that makes changes in the system of relations. The leader and his behavior, habits stand out from the rest, as a result of which confidence is demonstrated, readiness to manage the team, taking responsibility for decisions and the outcome of activities.

Keywords: leader, abilities, initiative, emotional control.

Основа изучения вопроса управления и лидерства, формирование и развитие лидерских компетенций привлекает интерес многих зарубежных и отечественных ученых. «Теория черт» является одной из первоначальных теорий, определяющих понятие лидерства. Л. Бернард и В. Бингэм как основоположники данной теории сформулировали понятие о лидерстве, где в основе лидерства заложены определенные психологические черты и качества человека, к которым они относят: стремление к ответственности, инициативность, способность влиять на поведение окружающих. Также изучению набора психологических черт, присущих лидеру, посвящены работы Е.М. Дубровской, Р.Л Кричевского, Р.Д. Мубиновой [9].

Изучению закономерностей, разработке концепций и типологий в понятии лидерства посвящены работы многих исследователей таких как Н. Беляцкий, О. Лихторович, Д. Максвелл, А. Наумов, Л. Уманский. [4]

Е. Аркиным, В. Бехтеревым, Л. Войтоловским, А. Залужным, Н. Михайловским описывали определение понятия лидерства в ходе взаимодействия наставника в контексте вожатства [2]

Позже этап за этапом появляются такие теории как: теория среды, личностно-ситуационная теория, гуманистические теории, теория обмена, мотивационные теории, которые оставляют свой след для исследования и формирования личностных качеств.

Большую значимость и актуальность в исследовании проявляется в теории интегрального лидерства, которая основана на концепции спиральной динамики К. Кована и Д. Бека [6]. Понятием этой теории является, что на каждом этапе формирования организации и лидера необходим свой особенный стиль лидерства. Этот подход ориентирован на интеграцию ценностей и интересов всех контрагентов организации для достижения взаимовыгодных стратегий развития.

Также изучению набора психологических черт, присущих лидеру, посвящены работы Е.М. Дубровской, Р.Л Кричевского, Р.Д. Мубиновой [9].

Компетенция лидерства подробно описывается практически во всех популярных моделях компетенций, начиная с таких основополагающих, как модели Р. Бояциса, Шродера, Ланкастера и Л. и С. Спенсеров.

Одним из базовых разделений лидерства по отношению к другим схожим компетенциям таким, как "Управление" и "Влияние" в компетентностных терминах предложил И. Адизес.

Он выделяет четыре ипостаси управляющего: производитель результатов, администратор, предприниматель и интегратор. В каждом руководителе доминирует лишь одна из ролей, и лидерству в данном случае соответствует функция интеграции, исходя из которой рассматривается способность слушать других, формировать на основе их мнений общие взгляды и тем самым мотивировать коллектив вводя их к единству и сплоченности. [4].

Исследованием ситуаций как детерминанты формирования и развития лидерских качеств занимались Р. Дилтс, Ф. Карделл, А. Менегетти[4,].

Модель Л. и С. Спенсеров актуальна тем, что в ней рассматриваются множество компетенций и их кластеров, тесно связанных с лидерством и управлени-

ем, например, "Директивность", "Воздействие и Оказание влияния", "Инициатива". Сама компетенция "Командное лидерство" при этом располагается в кластере "Менеджерские компетенции".

Основными характерными качествами лидерства в данном случае является забота о команде и о справедливом отношении к каждому, управление групповой эффективностью, уведомленность и информированность группы и на высшем уровне, передача ей собственного видения. Отличительной особенностью данного подхода от теории И. Азизеса, является то, что акцент в этом случае делается на мотивацию, а не интеграцию. Лидерство, рассматривается авторам, как забота о команде в отличии от управления людьми как ресурсами, манипуляции ими и подчинение своей воле путем принятия жестких и авторитарных методов. [8].

С точки зрения, авторской системной теории М. Хьюстона, где он рассматривает концепцию лидерства как процесс организации межличностных отношений в группе, а лидер – как субъект управления этим процессом [16].

С точки зрения, С.Ивановой которая рассматривает лидерство не как целостную компетенцию, а как набор из нескольких самостоятельных компетенций, включающие в себя следующее [5]:

1. Готовность взять на себя ответственность за коллектив.
2. Готовность отвечать за коллективный результат даже в случае провала.
3. Предпочтение общего результата личному.
4. Позитивное отношение к людям.
5. Обучаемость, стремление развиваться.
6. Не боится сильных подчиненных.
7. Умение и готовность вдохновлять.
8. Умение слышать других.
9. Готовность и способность учить других.
10. Эксперт или хороший управленец.
11. Умение организовать других.
12. Владение собственной точкой зрения.
13. Готовность к непопулярным решениям.
14. Стрессоустойчивость.
15. Отсутствие стремления самоутверждаться за счет других.

Исходя из своего исследования А.В. Авдеева описывает первостепенные характеристики лидерских качеств, лежащие в основе лидерских компетенций, выделяя:

- интеллектуальные (проявляющиеся в готовности к выполнению профессиональных задач, в способности генерировать идеи и уходить от стандартных решений);
- организаторские (выражающиеся в способностях самостоятельно принимать решения, добровольно брать ответственность на себя за решение групповой задачи);

- исполнительские (включающие готовность к длительному выполнению работ с высокой эффективностью, способности находить нестандартное решение и адекватно оценивать достигнутые результаты);

- социально-коммуникативные (включающие способность вести людей за собой, умение разрешать конфликты и находить общий язык с разными людьми) [3].

Изучением формирования и развития лидерских навыков среди молодежи занимались такие ученые как: Н.М. Борьдко, Е. Жариков, Е. М. Зайцева, Е. Крушельницкий, А.Ю. Курин, С. Кучмарски, Т. Кучмарски, В.Т. Лисовский, Н.В. Романчик, М.М. Рубинштейн, С.В.Титерский, Н.Б. Шмелева[3,].

В трактовке О. С. Виханского и А. И. Наумова лидерство рассматривается как «тип управленческого взаимодействия между лидером и последователями, основанный на наиболее эффективном для определенной ситуации в контексте различных источников власти и направленный на формирования у группы достижению общих целей» [2].

Н. П. Беляцкий разработал подход к управлению и организации персонала, в котором он предлагает рассматривать структуру лидерства с точки зрения следующих элементов:

- лидер – лицо, обладающее определенными личностными чертами, способностями и возможностями, ориентированными на цель;

- последователи – лица, являющиеся носителями качеств и обладающие возможностями для реализации цели;

- задачи – то, что взаимодействующие сотрудники пытаются решить;

- ситуация – то, где происходят процессы взаимодействия;

- группа – совокупность актов межличностного взаимодействия [9].

Американский ученый Стивен Кови сформулировал понятие и описал основополагающие принципы и навыки эффективного лидерства, а именно:

- 1) принцип проактивности (навык выступать в роли инициатора);

- 2) принцип целенаправленности (навык выстраивать план);

- 3) принцип «самообновления» (желание лично развиваться);

- 4) принцип развития эмпатии (навык активного слушания);

- 5) принцип стремления к синергии (организационные навыки);

- 6) принцип эффективного общения (навык управления конфликтами);

- 7) принцип эффективной самоорганизации (навыки: расстановка приоритетов и тайм-менеджмент) [6].

По разработке американского эксперта Д. Максвелла, который сформулировал 21 закон лидерства, где рассмотрел следующие уровни лидерства:

Первый уровень – «способный человек», главный компонент результативность.

Второй уровень – «участник команды», главный компонент исполнительность.

Третий уровень – «компетентный менеджер», главный компонент умение управлять, делегирование.

Четвертый уровень – «эффективный лидер», включающий два компонента: интуиция и мотивация.

Пятый уровень – «Лидер 5-ого уровня», включающий все вышеперечисленное и плюс еще 2 компонента: воля и скромность [9].

С точки зрения Н. К. Михайловского, который акцентировал внимание на взаимоотношениях лидера с его последователями, при изучении психологии идущих за ним людей, описывая данный процесс как феномен подражания, при этом формируя свою «социальную идентичность».

Социальную идентичность И. С. Кон описывал как переживание и осознание своей принадлежности к тем или иным социальным группам и общностям; идентификация предлагает разделение индивидов по их социально-классовой принадлежности, социальным статусам и усвоенным нормам, позволяет человеку оценивать свои социальные связи, принадлежности в терминах «мы» и «они» [4].

Советский ученый Л. Н. Войтоловский описывал роль лидера по отношению к последователям с позиции инициатора и выразителя стремлений и желаний самих групп, который задает конкретное направление их воли и призывает к определенному действию [9]. В. М. Бехтерев рассматривает подходы и виды понимания лидерства, рассматривал основные характеристики, требования, которым должен соответствовать лидер, исходя из предпочтений подчиненных. А. С. Залужный делал акцент на вожатого-наставника с позиции вожака, сформулировал и описал типы вожаков, а также исследовал ситуативных и постоянных лидеров, организаторов, дезорганизаторов [2].

По мнению, Сьюзан и Томас Кучмарски утверждают, что лидерство основано на ценностях, которому необходимо обучаться, приобретая, соответствующие умения и навыки в своей практической деятельности, чтобы стать лидером в определенной группе [8].

Важным и необходимой для нашего исследования представляется гуманистическая концепция Р. Гринфлифа [7], в результате анализа которой было выявлено, что «настоящие лидерские качества и навыки определяются и формируются исключительно в том человеке, который добровольно и бескорыстно желает действовать другим в их личностном и профессиональном росте». В результате создания благоприятных условий личной включенности в процесс деятельности возрастает заинтересованность последователей, формируется группа единомышленников и делегирование ими полномочий. Необходимым признаком в становлении лидерства Р. Гринфлиф считает психологический климат и заботливое поведение лидера, благодаря которым гарантируются достижение самых сложных целей независимо от ситуации.

Описание основных лидерских свойств и навыков, рассматривал В.Т. Лисовский, где он сформулировал следующие критерии:

Деловитость, выражающаяся в навыках составить план, четко поставить задачи перед подчиненными, правильно оценить ситуацию и быстро принимать решения.

Наставник-мотиватор, что выражается в навыках применять различных методы и приемы стимулирования членов команды для выполнения качественной работы, заряжать коллег своей энергией и уверенностью, повышая результативность, верить в себя, информировать о допущенных ошибках, не переходя на оскорбления.

Совесть, выражающаяся в знании правил и норм поведения в обществе. Лидер обязан показывать своим подчиненным мужество, быть честным с последователями, коллегами, руководством, не отрицать свои ошибки.

Е. Жариков и Е. Крушельницкий, авторы методики «Диагностика лидерских способностей», считают, что лидер должен обладать следующими психологическими чертами личности:

- волевой, способен преодолевать препятствия на пути к цели;
- настойчив, умеет разумно рисковать;
- терпелив, готов долго и хорошо выполнять однообразную, неинтересную работу;
- инициативен и предпочитает работать без опеки;
- независим;
- психически устойчив и не дает увлечь себя нереальными предложениями;
- хорошо приспосабливается к новым условиям и требованиям;
- самокритичен, трезво оценивает не только свои успехи, но и неудачи;
- требователен к себе и другим, умеет спросить отчет за порученную работу;
- критичен, способен видеть в заманчивых предложениях слабые стороны;
- надежен, держит слово, на него можно положиться;
- вынослив, может работать даже в условиях перегрузок;
- восприимчив к новому, склонен решать нетрадиционные задачи оригинальными методами;
- стрессоустойчив, не теряет самообладания и работоспособности в экстремальных ситуациях;
- оптимистичен, относится к трудностям как к неизбежным и преодолимым помехам;
- решителен, способен самостоятельно и своевременно принимать решения, в критических ситуациях брать ответственность на себя[4].

Таким образом, высокий уровень сформированности коммуникативных и организаторских навыков, сильно выраженные лидерские качества, активность, ответственность, психоэмоциональная устойчивость, самокритичность, доминирующая позиция, готовность к восприятию нового могут быть показателями высокого управленческого потенциала будущих руководителей.

В результате анализа научных трудов в области типологий лидерства было выявлено, что выдвижение лидера (актива) в молодежной группе происходит стихийно, по мере ее развития и функционирования. При этом действуют два фактора – объективный и субъективный. Объективный фактор – в лидеры молодежной группы выдвигается тот член, который наиболее «полезен» ее деятельности,

наилучшим образом проявляет себя в повседневной жизни неформального коллектива. Субъективный фактор – лицо, выдвигаемое в лидеры, обладает такими личностными качествами, и лидерскими навыками, которые необходимы для осуществления функций лидера в группе. В основном это люди наиболее активные, энергичные, волевые, решительные, любознательные, сообразительные. [5].

Список литературы

1. *Авдулова Т. П.* Психология управления: учебник и практикум для академического бакалавриата. 2-е изд., испр. и доп. М.: Юрайт, 2019. 231 с.
2. *Беспалов Д. В.* Проблемы психологического исследования лидерства в малых группах [Электронный ресурс] // Научный журнал КубГАУ. 2013. № 92. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problemu-psihologicheskogo-issledovaniya-liderstva-v-malyh-gruppah> (дата обращения: 06.06.2020).
3. *Беспалов Д. В., Селина Е. В.* Пути формирования эффективного молодежного лидерства с гуманистической направленностью [Электронный ресурс] // Пензенский психологический вестник. 2014. № 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/puti-formirovaniya-effektivnogo-molodezhnogo-liderstva-s-gumanisticheskoy-napravlennostyu> (дата обращения: 06.06.2020).
4. *Вавилкин В. Н., Ануфриенко Л. В.* История изучения лидерских качеств у зарубежных и отечественных авторов [Электронный ресурс] // Вестник Санкт-Петербургского университета государственной противопожарной службы МЧС России. 2015. № 4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/istoriya-izucheniya-liderskih-kachestv-u-zarubezhnyh-i-otechestvennyh-avtorov> (дата обращения: 06.06.2020).
5. *Губанова О. А., Ануфриенко Л. В.* Закономерности и взаимосвязи лидерских качеств личности в работах отечественных авторов [Электронный ресурс] // Вестник Санкт-Петербургского университета государственной противопожарной службы МЧС России. 2014. № 4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/zakonovernosti-i-vzaimosvyazi-liderskih-kachestv-lichnosti-v-rabotah-otechestvennyh-avtorov> (дата обращения: 06.06.2020).
6. *Занковский А. Н.* Типология стилей организационного лидерства [Электронный ресурс] // Социально-экономические и психологические проблемы управления: сб. науч. статей по материалам I (IV) Междунар. науч.-практ. конференции / ред. М. Г. Ковтунович. Ч. 1. М.: МГППУ, 2013. URL: http://psyjournals.ru/social_economical_psychological_issue/63190.shtml (дата обращения: 06.06.2018).
7. *Казначеева С. Н., Челнокова Е. А.* К вопросу о формировании лидерства [Электронный ресурс] // Инновационная экономика: перспективы развития и совершенствования. 2019. № 2 (36). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-o-formirovanii-liderstva> (дата обращения: 06.06.2020).
8. *Каменская В. Г.* Психология управления. Социально-психологические основы управленческой деятельности: учеб. пособие для академического бакалавриата. 2-е изд., стер. М.: Юрайт, 2019. 194 с.
9. *Кови С. Р.* Лидерство, основанное на принципах / пер. с англ. П. Самсонов. 6-е изд. М.: Альпина Паблишер, 2013. 300 с.
10. *Кэмпбел Скотт, Самиек Элен.* 5 граней лидерства / пер. с англ. Натальи Яцюк. М.: Эксмо, 2013. 294 с.

Калайда Софья Алексеевна

*студентка 2 курса, специальность «Психология служебной деятельности»,
специализация «Психологическое обеспечение служебной деятельности
сотрудников правоохранительных органов», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
г. Новосибирск, Россия*

ВЗАИМОСВЯЗЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ

Аннотация. Работа посвящена проблеме изучения взаимосвязи эмоционального интеллекта с индивидуально-личностными особенностями. Приведены определения понятия «эмоциональный интеллект» с точки зрения разных ученых, делается обобщающий вывод по определению понятия на основе общих составляющих. Рассмотрены факторы, оказывающие влияние на уровень эмоционального интеллекта индивида. Обращено внимание на многообразие и ширину понятия «личность» в научной психологии. Упомянут факт разнообразия теорий личности. Анализируются и приводятся характеристики типов темперамента человека с указанием факторов, отличающих один темперамент от другого. Делается вывод о наличии взаимосвязи эмоционального интеллекта и личностных особенностей на основе темпераментных особенностей индивидуума.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, личность, темперамент, эмоции.

Kalaida Sofya Alekseevna

*2nd year Student, specialty "Psychology of official activity",
specialization "Psychological support of official activity of law enforcement officers",
Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia*

THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL INTELLIGENCE AND PERSONALITY TRAITS

Abstract. This work is devoted to the problem of studying the relationship of emotional intelligence with individual and personal characteristics. In the article, one can observe the reduction of the definition of the concept of "emotional intelligence" from the point of view of different scientists, as a result of which a generalizing conclusion is made on the definition of the concept based on common components. The factors influencing the level of an individual's emotional intelligence are considered. The article also draws attention to the diversity and breadth of the concept of "personality" in scientific psychology on the example of statements by famous scientists. The article mentions the fact of the diversity of personality theories. The characteristics of the types of human temperament are analyzed and given, indicating the factors that distinguish one temperament from another. It is concluded that there is a clear relationship between emotional intelligence and personal characteristics based on the temperamental characteristics of the individual.

Keywords: emotional intelligence, personality, temperament, emotions.

В реалиях нынешнего времени, в психологической науке всё чаще и чаще поднимается вопрос эмоционального интеллекта. Можно заметить также то, что за последнее время увеличилось количество научных работ, посвящённых исследованию эмоционального интеллекта, а также работ, содержащих исследование кон-

кретно взаимосвязи эмоционального интеллекта с индивидуальными особенностями личности.

Само понятие «Эмоциональный интеллект» было введено в 1990 году П. Сэловеем и Д. Майером. Учёные определили, что эмоциональный интеллект – это одна из форм интеллекта, которая отвечает за способность выделять и отслеживать свои и чужие эмоции, а также использовать это при построении дальнейшего плана действий [2]. Но с того момента появлялось значительное множество других мнений. Аспект эмоционального интеллекта неоднократно пересматривался и включал в себя новые составляющие. Так, например, данное понятие скорректировал и дополнил отечественный психолог Д.В. Люсин. Таким образом, по Люсину, эмоциональный интеллект – это психологическое образование, формирующееся в ходе жизни человека, под влиянием ряда факторов, которые обуславливают его уровень и специфические индивидуальные особенности [1].

Если подытожить мнения разных учёных на этот счёт, в общем и целом, принято определять эмоциональный интеллект как некий фактор, который позволяет использовать свои эмоции для решения поставленных задач. Стоит отметить, что безусловно данный аспект неразрывно связан, а также оказывает большое влияние на поведение личности. А из этого можно сделать вывод, что люди с высоким уровнем эмоционального интеллекта лучше адаптируются к новым условиям, лучше устанавливают контакт и взаимоотношения с другими людьми. Также такие личности в большей мере обладают способностью контролировать, регулировать свои эмоции и направлять их именно в нужное русло, для достижения каких-либо поставленных целей. У людей, обладающих высоким уровнем эмоционального интеллекта также, можно наблюдать тенденцию к стрессоустойчивости.

Переходя к понятию «личность» в точности можно отметить, что данная проблема, как и проблема эмоционального интеллекта, имеет широкий спектр мнений и исследований, она представлена множеством различных теорий личности. Всё это обуславливает многообразие определения сущности «личность». По мнению К.К. Платонова, свойства темперамента или типологические основы высшей нервной деятельности человека, являются биологически обусловленным подструктурным компонентом структуры личности, следует рассматривать в качестве базы понимания свойств личности [3]. По мнению В.А. Бодрова, ядром личности является «структура личности в которой пересекаются важнейшие свойства не только личности, но также индивида и субъекта» [3].

В общем и целом, в научной психологии принято понимать «личность» под особым качеством человека, которое формируется в ходе его деятельности, а также взаимодействия и общения с другими индивидами. Данное понятие включает в себя множества свойств, акцентируем внимание на одном из них – темперамент, и определим взаимосвязь между этими понятиями. Принято решение основываться именно на аспекте темперамента по той причине, что это биологический фактор, от которого во много зависит поведение индивида, его эмоциональность, коммуникабельность и многие другие составляющие. Холерический типаж

темперамента отличается повышенной экспрессивностью, возбудимостью, взбалмошным поведением, импульсивностью и агрессивностью, прямоотой в отношениях с индивидами. Сангвинический типаж темперамента обуславливается общительностью, весёлостью, подвижностью и пластичностью в поведении и реактивностях, увлекаемостью. Флегматическому типу темперамента соотносятся спокойствие, сдержанное поведение и взаимоотношения с людьми, вялость в действиях и реактивностях, настойчивость и педантичность в достижении переставленных целей, не суетливость, расчётливость. Меланхолический типаж темперамента отличается повышенной восприимчивостью, застенчивостью, замкнутостью, неразговорчивостью, нерешительностью, скованностью в поведении, потребностью в поддержке и дружеском участии, трудностями в выявлении контактов с иными людьми [3].

Высоким уровнем эмоционального интеллекта обладают индивиды, обладающие высокой экстраверсией, высоким уровнем активности, а также высоким уровнем пластичности. В то время как, люди с средним уровнем эмоционального интеллекта, обычно, обладают средним уровнем эмоциональной устойчивости, также высоким уровнем активности и экстраверсии.

Таким образом, мы можем сделать вывод, что наиболее высоким уровнем эмоционального интеллекта будут обладать индивиды, обладающие такими типами темперамента, как холерик и сангвиник. В свою очередь, флегматики и меланхолики менее предрасположены к пониманию своих и чужих эмоций, а также к использованию эмоциональных состояний и эмоций для достижения чего-либо, либо пристраивания тех или иных межличностных отношений.

Список литературы

1. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект / пер. с англ. А. Исаевой. М.: АСТ, 2008. 480 с.
2. Дикая Л. А., Обухова Ю. В., Егорова В. А., Егоров И. Н. Особенности взаимосвязей эмоционального интеллекта и личностных черт у социально активных студентов // Российский психологический журнал. 2020. № 4. С. 34–48.
3. Психология / отв. ред. А. А. Крылов. М.: Велби: Проспект, 2004. 752 с.

Научный руководитель – *С. Е. Мухина*,
канд. психол. наук, доц. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

Карелина Елизавета Сергеевна

*студентка 4 курса, направление «Психолого-педагогическое образование»,
профиль «Психология образования», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
г. Новосибирск, Россия*

АФФЕКТ КАК ФОРМА ПРОЯВЛЕНИЯ АГРЕССИИ У ПОДРОСТКОВ

Аннотация. В работе рассматриваются понятие аффекта, отличие аффекта от других эмоциональных состояний, особенности аффекта как формы проявления агрессии у подростков.

Ключевые слова: агрессия, аффект, подростки.

Karelina Elizaveta Sergeevna

*4th year Student, direction "Psychological and pedagogical education",
profile "Psychology of Education", Faculty of Psychology,
Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia*

AFFECT AS A FORM OF AGGRESSION IN ADOLESCENTS

Abstract. This paper examines the concept of affect, the difference between affect and other emotional states, the features of affect as a form of aggression in adolescents.

Keywords: aggression, affect, teenagers.

Агрессия, проявляющаяся в виде аффекта, опасна и для окружающих, и для самого агрессора. Значительная часть преступлений совершается в состоянии аффекта. Аффект – мощное относительно кратковременное эмоциональное состояние [1].

Аффект может реализоваться, когда эмоциональное напряжение, которое ранее не имело возможности разрядки, достигло своего пика. Аффект – это яркий и сильный выплеск всего наболевшего.

Отличительная характеристика аффекта, от других состояний:

1. Безрассудность. Эмоции в момент аффекта не поддаются управлению;
2. Мощное проявление эмоций;
3. Кратковременность;
4. Ситуативность. Выплеск эмоций происходит только в момент конкретной ситуации;
5. Нерасчлененность реакции. Человек в момент аффекта сосредоточен на конкретном раздражителе и не в состоянии остановить или перенаправить свое внимание и энергию.

Выделяется несколько этапов прохождения аффекта:

1. Аффект проявляется внезапно под влиянием значимого для человека стимула и характеризуется большим эмоциональным напряжением, узконаправленным состоянием сознания. Пока аффект нарастает, человек еще способен, хоть

и с большим трудом, но все-таки, затормозить его или даже остановить. Когда аффект начался, то «выброс» эмоционального напряжения становится практически неконтролируемым.

2. Аффективное напряжение перерастает в мощные физические проявления.

3. После эмоциональной и физической разрядки наступает упадок сил, апатия.

Обычно аффект сопровождается проявлением агрессии: вербальной и физической.

Аффективные проявления агрессии возникают на фоне нестабильного психоэмоционального состояния в период возрастных и жизненных кризисов.

Исследование несовершеннолетних правонарушителей позволило выявить определенные группы, связанные с наибольшей криминогенной опасностью. К ним относятся подростки с патохарактерологическими особенностями эпилептоидного, шизоидного, гипертимного и параноидального типов. Группу риска составляют подростки с эмоционально-лабильной и циклоидной акцентуацией характера.

Для подростков с немотивированной агрессией характерно сочетание тревожности и дисфории – состояние, проявляющееся раздражительностью, грубостью, импульсивностью, агрессивностью в отношении близких, что часто сочетается с бессонницей, страшными снами, беспокойством, внутренним дискомфортом, «хандрой», трудностью сосредоточения внимания, снижением интереса к окружающему.

Изучение причин и профилактика подростковой агрессивности – наиважнейший раздел в работе школьного психолога.

Список литературы

1. Гордеев К. С., Ермолаева Е. Л., Жидков А. А., Илбшина Е. С., Федовева Л. А. Эмоциональные состояния человека: аффект и фрустрация [Электронный ресурс] // Современные научные исследования и инновации. 2018. № 8. URL: <https://web.snauka.ru/issues/2018/08/87342> (дата обращения: 19.10.2022).

2. Цыренов В. Ц. Агрессивное поведение молодежи как социально-психологическая проблема // Вестник Бурятского государственного университета. 2010. № 1. С. 49–53.

Научный руководитель – *И. Г. Соловьева*,
д-р мед. наук, проф. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

Кольянов Алексей Вячеславович

*студент 2 курса, специальность «Психология служебной деятельности»,
специализация «Психологическое обеспечение служебной деятельности
сотрудников правоохранительных органов», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
г. Новосибирск, Россия*

ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ И СКЛОННОСТЬ К ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОМУ ПОВЕДЕНИЮ В СТАРШЕМ ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация. В статье описываются признаки и симптомы интернет-зависимости. Рассматриваются особенности подросткового возраста. Выделяется 8 индивидуально-личностных типов человека. Рассматривается взаимосвязь личностных особенностей и склонности к интернет-зависимому поведению в старшем подростковом возрасте.

Ключевые слова: интернет-зависимость, подростковый возраст, личность, индивидуально-личностные типы.

Kolyanov Alexey Vyacheslavovich

*2nd year Student, specialty "Psychology of official activity",
specialization "Psychological support of official activity of law enforcement officers",
Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia*

PERSONAL CHARACTERISTICS AND INTERNET DEPENDENT BEHAVIOR IN OLD ADOLESCENTS

Abstract. The article describes the signs and symptoms of Internet addiction. The features of adolescence are considered. There are 8 individual personality types of a person. The relationship of personality traits and propensity to Internet-addicted behavior in older adolescence is considered.

Keywords: Internet addiction, adolescence, personality, individual personality types.

Последние пару десятилетий многие психологи озадачены проблемой интернет-зависимости. Стремительное развитие интернет-технологий и повсеместное их распространение заставляет, не только учиться ими пользоваться, но и привыкать к новым удобствам, таким как видео-звонки, дистанционное обучение, оплата, подача заявлений, даже оформление кредита онлайн, бесплатный и безграничный доступ к различной информации, книгам, фильмам, музыке, карты и навигация, переводчик с любого языка, чаты, где можно пообщаться с любым человеком на планете, где бы он не находился. Любому человеку будет сложно противостоять соблазну пользоваться этими благами каждый день, не только для работы, учёбы и саморазвития, но и для развлечений.

Постепенно увеличивая время нахождения в сети интернет, люди не замечают, как становятся от него зависимыми. Они перестают получать былое удовольствие от реального мира, заменяя его виртуальным. Особенно подвержены

возникновению зависимости современные дети и подростки. Поэтому тема является особенно актуальной в наши дни.

Интернет-зависимое поведение является достаточно молодым феноменом. Первые исследования зависимости от компьютера были проведены в 80-х годах 20 век, в которых предпринимались попытки выделить типологию и механизм формирования зависимости от компьютера [1, с. 3-8]. Айвен Гольберг в 1995 году ввел термин «интернет-зависимость» и разработал развёрнутую систему критериев, по которым можно было диагностировать зависимость от интернета:

– психологические симптомы: эйфория и хорошее настроение при использовании компьютера; увеличение времени, проводимого за компьютером; невозможность остановиться; пренебрежение близкими; пустота, раздражение и депрессия, когда не проводишь время за компьютером; проблемы с учёбой/работой; ложь родным и коллегам о своей деятельности

– физические: симптомы головные боли; сухость в глазах, боли в спине, боль и онемение пальцев кисти рук; расстройства сна, изменение режима сна; пренебрежение личной гигиеной, нерегулярное питание.

М. Гриффитс ввёл такой термин как «технологические зависимости», который подразумевает под собой поведенческие зависимости, включающие чрезмерное взаимодействие между человеком и машиной. Он определил два вида таких зависимостей: пассивные (наблюдение) и активные (участие). Но в то же время М. Гриффитс считал, что далеко не все, кто проводит чрезмерно много времени в интернете, являются зависимыми, а сам интернет является так называемой средой для проявления и поддержания других зависимостей [2, с.18].

Основные признаки зависимости от интернета в настоящее время [2, с 28]:

- 1) отсутствие субъективного контроля – невозможность контролировать использование интернета);
- 2) дезадаптация – невозможность контролировать использование интернета;
- 3) контрпродуктивность – деятельность в интернете не несёт никакой пользы для человека.

Последние поколения детей рождаются уже «с телефоном в руках», они с рождения овладевают навыками использования интернета. В их сознании смартфон с интернетом – это необходимая для существования вещь, лишившись которой, они будут чувствовать себя опустошённо. В подростковом возрасте дети наиболее подвержены формированию различных отклонений в поведении, в том числе зависимостей. Период протекает с 11-12 лет до 16-17, характеризуется неустойчивостью нервной системы, становлением самосознания, формированием самооценки, социальных установок, чувства взрослости, самоидентичности [4, с. 135]. В подростковом возрасте преобладает застенчивость, нестабильность самооценки, отсутствие стойкой уверенности в себе и своих способностях, также зачастую на подростка оказывает негативное влияние ссоры с родителями, сверстниками, трудности в школе, непонимание близкими людьми, потому они и стремятся выйти в «онлайн», чтобы почувствовать себя лучше, «убежать» от проблем реального мира [3, с. 53].

Каждый человек – это отдельная личность. В. Н. Мясищев описывал личность как систему социальных отношений, и все же подчеркивал, что при её изучении необходимо учитывать биологические свойства человека. Б. Г. Ананьев говорил, что личность – это целостное понятие, объединяющее в себе биологические и социальные факторы, а также отмечал, что их взаимодействие проявляется на протяжении всей жизни человека. У каждого человека существуют индивидуально-личностные свойства. Л.Н. Собчик выделяет 8 таких типов [9, с. 264]:

1. экстравертированность – ярко выраженная общительность, подвижность, открытость, любовь к массовым мероприятиям

2. интровертированность – избирательность в общении, тенденции уходить в мир иллюзий, обращаться к внутренним переживаниям, в абстрактно-аналитическом стиле мышления

3. сензитивность – повышенная чувствительность, которая выражается в склонности к рефлексии, пессимизму, глубинным переживаниям, стремлением к самосовершенствованию

4. тревожность – нормальная осторожность, исполнительность и ответственность

5. лабильность – яркость эмоциональных реакций, переменчивость настроения, сентиментальность, артистичность, эмоциональное вовлечение и наглядно-образное мышление

6. спонтанность – высокая поисковая активность, самостоятельность, избегание режимности, стремление к лидерству, независимость

7. агрессивность – упорство, активное самоутверждение, отстаивание своих интересов, соперничество

8. ригидность – инертность установок, педантизм, настойчивость, стремление отстаивать свои взгляды, критичность по отношению к иным взглядам

Эмоциональные особенности, мотивация, стиль межличностного поведения и тип мышления в совокупности составляют базу, на которой формируются разные типы личности в процессе взаимодействия с окружающим миром. Мотивация понимается как побудительная сила, которая лежит в основе стремлений и действий человека. Доказано, что мотивация достижения успеха способствует развитию лидерства, спонтанности, независимости, общительности, соперничества, амбициозности.

Стиль мышления определяется типом восприятия информации, её обработки и воспроизведения, он находится во взаимосвязи с ведущей тенденцией. К примеру, личность, формирующаяся в условиях ригидной нервной системы, будет отличаться формально-логическим мышлением с преобладающей способностью в области цифр, схем и формул. Их мышление системное, прагматичное, складывающееся целое из отдельных деталей. Тревожные и интровертированные личности обладают вербальным мышлением, способностью постигать смыслы, обобщать словесную информацию. Спонтанные личности отличаются интуитивным типом мышления, предпочитают двигательную активность мыслительной. А у экстравертов преобладает способность легко осваивать новую информацию через разговоры и общение.

Высшие уровни самосознания, иерархия ценностей и социальная направленность человека формируются не только под влиянием социума, но также зависят от индивидуальной избирательности и неосознанного влечения, которые ограничивают количество путей человека в социуме при самореализации [8, с. 57].

За последние два десятилетия было проведено множество исследований взаимосвязи интернет-зависимости с разными личностными особенностями как у детей, так и у взрослых, у студентов, у подростков. Взаимосвязь некоторых особенностей достоверно доказана, что даёт возможность разрабатывать различные профилактические программы и программы терапии.

Я.А. Новикова [6, с. 718] проводила исследование взаимосвязи тревожности и интернет-зависимости среди подростков 12-13 лет. Устойчивой зависимости в данной выборке не было выявлено, но было выявлено 23,8% подростков со склонностью к интернет-зависимости. Крайне высоких показателей тревожности также не выявлено в группе, но по результатам корреляционного анализа были доказаны прямо пропорциональные связи между общим баллом интернет-зависимости и тревогой в отношениях со сверстниками; между проблемами, связанными с интернет-зависимостью и общей тревожностью, а также тревогой в отношениях с родителями; и между симптомами отмены и тревогой, связанной с проверкой знаний, и тревогой в отношениях с родителями.

Р.И. Петриков и Н.Т. Селезнёва [7, с. 215] проводили исследование ценностно-смысловой картины мира уже среди старших подростков с разной степенью интерне-зависимости. У них в выборке выделилось три группы подростков: обычные пользователи – 43,14% (44 человека); пограничное состояние – 34,31% (35 человек); и интернет-зависимые – 22,55% (23 человека). Они выявили достоверные различия «картины мира» у подростков с интернет-зависимостью и обычных пользователей, а также ряд значимых взаимосвязей. Интегративный показатель шкалы Чена, а также шкалы «Симптомы отмены» и «Управление временем» отрицательно коррелирует со шкалами «Осмысленность настоящего», «Осмысленность будущего» и «Осмысленность прошлого», таким образом можно констатировать, что чем больше выраженность интернет-зависимости и её симптомов, тем ниже у подростков представление о своих жизненных планах, целях, способов их достижения, перспектив и отсутствие контроля. Выделены также обратная взаимосвязь между шкалой «Толерантность» и типом картины мира «Непосредственное окружение», шкалой «Управление временем» и ценностью «Самостоятельность», прямая взаимосвязь между шкалой «Управление временем» и ценностями «Гедонизм» и «Стимуляция». Проводя большое количество времени в сети, у подростков снижается уровень самостоятельности и увеличивается потребность в удовольствии. Картина мира интернет-зависимых подростков на ценностно-смысловом уровне испытывает дефицит в понимании причин и смыслов поведения. Выраженность симптомов интернет-зависимости снижает уровень удовлетворённости от самореализации, достижения результатов и наполненности жизни.

И. В. Султанов и А.А. Мамонова [10, с. 170] исследовали влияние личностных характеристик подростков на формирование интернет-зависимости. Для исследова-

ния личностных характеристик они разделили выборку на 2 группы: подростки с высоким и средним уровнем интернет-зависимости – 15 человек; и подростки с низким уровнем – 30 человек. В результате они выявили достоверные различия некоторых личностных характеристик по «Личностному опроснику Р. Кетелла для подростков». Есть различия по 6 шкалам: А – аффектимия – шизотимия; С – слабость «Я» – сила «Я»; G – слабость «Сверх-Я» – сила «Сверх-Я»; О – гипертимия – гипотемия; Q2 – социабельность – самодостаточность; Q3 – импульсивность – контроль желаний. Это значит, что подростки с интернет-зависимостью достоверно менее общительны, менее эмоционально устойчивы, менее совестливы, менее самоуверенны, менее самостоятельны и более импульсивны.

Таким образом, благодаря некоторым исследованиям, мы имеем представления, какие личностные особенности взаимосвязаны с интернет-зависимостью у подростков, и можем составить описание личностных особенностей интернет-зависимых подростков.

Тем не менее, до сих пор не проводились исследования взаимосвязи личностных особенностей и интернет-зависимости с помощью «Индивидуально-типологического опросника» Л. Н. Собчик. Данная тема требует дальнейшего исследования.

Список литературы

1. Диков А. В. Эволюция Интернета от начала до наших дней и далее // Школьные технологии. 2019. № 2. С. 3–8.
2. Ильина В. В., Молчанова Л. Н. Историко-ретроспективный анализ исследований интернет-зависимого поведения // Коллекция гуманитарных исследований. 2019. № 3 (18). С. 17–24.
3. Конарева Я. П. Интернет-зависимость у детей и подростков // Символ науки. 2022. № 9-1. С. 52–55
4. Магомедова М. М. Проблема интернет-зависимости среди подростков // Мировая наука. 2020. № 2 (35). С. 135–138.
5. Малыгин В. Л. Интернет-зависимое поведение: критерии и методы диагностики. М.: МГМСУ, 2011. 32 с.
6. Новикова Я. А. Корреляция интернет-зависимости и уровня тревожности у подростков // Forcipe. 2020. № 5. С. 718–719.
7. Петриков Р. И., Селезнева Н. Т. Ценностно-смысловая картина мира подростков, склонных к интернет-зависимому поведению // Вестник КГПУ им. В. П. Астафьева. 2020. № 2 (52). С. 209–219.
8. Собчик Л. Н. Диагностика индивидуально-типологических свойств и межличностных отношений. СПб.: Речь, 2003. 96 с
9. Собчик Л. Н. Психология индивидуальности. Теория и практика психодиагностики. СПб.: Речь, 2005. 624 с.
10. Султанова И. В., Мамонова А. А. Влияние личностных характеристик детей подросткового возраста на формирование интернет-зависимого поведения // Гуманитарные науки. 2020. № 3 (51). С. 168–175.

Научный руководитель – Л. А. Юшкова,
канд. психол. наук, доц. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

Контаева Дарья Андреевна

*студентка 2 курса, специальность «Психология служебной деятельности»,
специализация «Психологическое обеспечение служебной деятельности
сотрудников правоохранительных органов», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
daryakontaeva@yandex.ru, г. Новосибирск, Россия*

ВЗАИМОСВЯЗЬ ТЕМПЕРАМЕНТА И КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ

Аннотация. Работа посвящена проблеме изучения взаимосвязи между особенностями темперамента и коммуникативными навыками человека. Рассматриваются факторы, оказывающие влияние на создание и построение коммуникации в межличностных отношениях. Анализируется характеристика особенностей темперамента как одной из категорий психики, специфика каждого его типа, а также рассматриваются отличительные черты общения. Делается вывод о тесной взаимосвязи темперамента и стиля общения с использованием коммуникативных навыков.

Ключевые слова: темперамент, коммуникативные навыки, общение.

Kantaeva Darya Andreevna

*2nd year Student, specialty "Psychology of official activity",
specialization "Psychological support of official activity of law enforcement officers",
Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University,
daryakontaeva@yandex.ru, Novosibirsk, Russia*

RELATIONSHIP OF TEMPERAMENT AND COMMUNICATION SKILLS

Abstract. This work is devoted to the problem of studying the relationship between the characteristics of temperament and human communication skills. The factors influencing the creation and construction of communication in interpersonal relationships are considered. The characteristics of the features of temperament, as one of the categories of the psyche, the specifics of each of its types are analyzed, and the distinctive features of communication are also considered. The conclusion is made about the close relationship between temperament and communication style with the use of communication skills.

Keywords: temperament, communication skills, communication.

Каждый человек на протяжении своей жизни вступает в различные рода коммуникации, как формального, так и неформального характера, как следствие, растет актуальность использования коммуникативных навыков и умений. При обилии средств их применения, а именно появления новых профессий и расширения пространства сети Интернет в контексте новых социальных сетей, важно иметь понимание какие именно факторы оказывают влияние на процессы коммуникации. Одним из наиболее важных аспектов являются индивидуальные особенности личности человека, особенности психических процессов. Мы рассматриваем темперамент, как одну из первостепенных сторон межличностного общения, как фактор формирования стиля общения.

В работе В.М. Русалова [3] утверждается, что темперамент является совокупностью психологических и биологических свойств. В одном из положений своей теории, Русалов говорит о существовании в индивидуальной психике человека содержательного и формально-динамического аспектов. Содержательный аспект включает в себя знания, цели, мотивы, то есть те черты, которые формируются в процессе коммуникации людей. Формально-динамический же аспект формируется независимо от вышеупомянутых черт, а основан на психофизиологических характеристиках деятельности, то есть на врожденных. Данные характеристики не строго фиксированы, они способны формироваться и незначительно перестраиваться в процессе развития человека.

Отмечается, что многие свойства личности основываются на темпераменте. Он не зависит от содержания деятельности и поведения и характеризует именно отношение человека к самому себе, к другим людям, вступающим с ним в межличностное общение и к деятельности в целом [3]. То есть, можно говорить о том, что темперамент является в большей мере статичной категорией психики, которая оказывает непосредственное влияние на восприятие человеком различных жизненных ситуаций и, как следствие, влияние на построение общения.

Раскрывая специфику межличностного взаимодействия, А.В. Батаршев [2] о трех его сторонах проявления, поскольку это сложный многоплановый процесс установления и развития контактов между людьми. Коммуникативная сторона направлена на обмен информацией и ее смысловое восприятие другим человеком. Интерактивная сторона заключается в непосредственном взаимодействии участников коммуникативной ситуации. Перцептивная сторона общения характеризуется восприятием и оценкой себя и оппонента(ов) в процессе общения. Все три элемента связаны с проявлениями и спецификой разных типов темперамента, как в своем исследовании упоминает и Г.Г. Русскова [4], говоря о том, что именно в общении: с родителями, сверстниками, педагогами и т.д. происходит становление личности, ее важнейших свойств и качеств.

Касаемо взаимосвязи определенных типов темперамента и соответствующим им способам коммуникации проведено исследование Ф.Б. Балкизовой и С.В. Денисовой [1], где четко прослеживается с учетом статистических данных. Так, люди с преобладающим сангвиническим типом темперамента обладают высокой коммуникабельностью и в новых условиях довольно быстро устанавливают тесные взаимосвязи и в перспективе стремятся сохранять их крепкими на протяжении долгого времени. Они стабильны и устойчивы, что способствует приобретению многочисленных контактов. Холерики с высокой экстравертированностью также довольно активны в общении. Они являются обладателями взрывного, эмоционального характера, что в перспективе сохранения приобретенных взаимосвязей является не совсем благоприятным фактором. Флегматики сдержаны и замкнуты в силу преобладающей интроверсии и низкого уровня нейротизма, поэтому они довольно трудно сходятся с людьми и включают их в свой близкий круг общения. Меланхолики характеризуются как особо осторожные, чувствительные и осмотрительные люди, они достаточно серьезно подходят к вопросу выбора

близкого окружения. Меланхолики часто погружены в себя, в мир собственных представлений.

Таким образом, мы делаем вывод о достаточно тесной взаимосвязи межличностной коммуникации не только с многообразием качеств и черт личности, но и с психофизическими устойчивыми характеристиками, одной из которых является темперамент. Он влияет на особенности поведения в силу характерных для определенных типов темперамента реакций и, как следствие, на стиль общения и коммуникативные навыки.

Список литературы

1. Балкизова Ф. Б., Денисова С. В. Влияние темперамента на межличностные отношения у студентов // Проблемы и перспективы развития образования в России. 2014. № 27. С. 8–12.
2. Батаршев А. В. Диагностика способности к общению. СПб.: Питер, 2006. 176 с.
3. Русалов В. М. Темперамент в структуре индивидуальности человека. Дифференциально-психофизиологический и психологический исследования. М.: Ин-т психологии РАН, 2012. 528 с.
4. Русскова Г. Г. Взаимосвязь коммуникативных качеств личности и темперамента студентов // Вестник российского университета кооперации. 2013. № 2 (12). С. 135–138.

Научный руководитель – С. Е. Мухина,
канд. психол. наук, доц. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

УДК 159.9

Корецкая Полина Александровна

*студентка 2 курса, направление «Психолого-педагогическое образование»,
профиль «Психология образования», Новосибирский государственный
педагогический университет, polina21ka@gmail.com, г. Новосибирск, Россия*

ОБРАЗ ТЕЛА И ВОСПРИЯТИЕ ВРЕМЕНИ

Аннотация. В статье представлена попытка выявления взаимосвязи образа тела и восприятия времени у студентов, теоретические аспекты трудов, посвященных темам психологии телесности и субъективному времени личности. Рассмотрены основные подходы к восприятию времени личности и Я-концепции. Проведено эмпирическое исследование, которое является пилотажным, намечены планы на дальнейшую работу. В статье представлены результаты проведенного эмпирического исследования временных направленностей, временного семантического дифференциала и степени неудовлетворенности образом тела. Сделаны выводы о взаимосвязи удовлетворенности собственным телом и восприятии времени, временных направленностей у девушек.

Ключевые слова: образ тела, телесное Я, временная направленность, субъективное время, психология времени.

Koretskaya Polina Aleksandrovna

*2nd year Student, direction "Psychological and pedagogical education",
"Psychology of education", Novosibirsk State Pedagogical University,
polina21ka@gmail.com, Novosibirsk, Russia*

BODY IMAGE AND PERCEPTION OF TIME

Abstract. The article presents an attempt to identify the relationship between the body image and the perception of time in students. The article presents theoretical aspects of works devoted to the topics of psychology of physicality and subjective time of personality. The main approaches to the perception of time of personality and Self-concept are considered. An empirical study has been conducted, which is pilot, and plans for further work have been outlined. The article presents the results of an empirical study of temporal orientations, the temporal semantic differential and the degree of dissatisfaction with body image. Conclusions are drawn about the relationship between satisfaction with one's own body and the perception of time, time directions in girls.

Keywords: body image, body self, temporal orientation, subjective time, psychology of time.

Психология всегда интересовалась исследованием человеческой личности и ее отношения к собственному представлению о себе. Физический облик является одним из ключевых компонентов этого исследования. Многие исследователи, в числе которых Ф. Дольто, А.А. Налчаджян и Д.А. Леонтьев, изучали концепцию "образа тела". Это субъективное восприятие тела, включая его внешний вид и идеальный образ.

Концепция Леонтьева "физическое Я" сочетает в себе опыт воплощения личности в теле и образ тела. Автор выделяет «телесное или физическое Я, переживание своего тела как воплощения Я, образ тела, переживание физических дефектов, сознание здоровья или болезни как первую грань Я из пяти. Таким образом, тело является тем материальным субстратом, посредством которого личность проявляет себя и иначе проявить не может.» [5]. Автор рассматривает следующие аспекты:

- социально-ролевое Я,
- психологическое Я,
- ощущение себя как источника активности или, наоборот, пассивного объекта воздействий, переживание своей свободы или несвободы, ответственности или посторонности,
- самоотношение или смысл Я [5].

Время – также важный аспект в психологии. Психологическое время личности является реальным исследуемым объектом с определенной структурой и функциональным содержанием. Рубинштейн подчеркивает, что субъективное время не является иллюзией, а имеет важную роль в формировании личности. Это реальное время, в котором функционируют и развиваются психические процессы, состояния и свойства личности, на основе отраженных в непосредственном переживании и концептуальном осмыслении объективных временных отношений. Проблема психологии времени до сих пор остается довольно открытым вопросом

в науке. Большинство исследований было проведено на коротких временных интервалах, что не давало полной картины восприятия времени. Оценка времени меняется в зависимости от жизненных обстоятельств.

Проблема психологии времени до сих пор остается довольно открытым вопросом в науке, большинство исследований проводилось на коротких временных интервалах, что не давало полной картины восприятия времени. Субъективное время личности обладает неравномерностью – его ценность меняется в зависимости от разных жизненных условий.

После изучения теоретической составляющей мы выдвинули гипотезу: между образом тела и восприятием времени существует определенная взаимосвязь.

Цель работы – выявить взаимосвязь между образа тела и восприятием времени. Исходя из цели, в исследовании ставились следующие **задачи**:

- 1) Эмпирически исследовать восприятие времени и уровень удовлетворенности собственного тела, на материале выборки юношеского возраста;
- 2) Выявить особенности взаимосвязи уровня принятия собственного тела с восприятием времени у юношей и девушек.

Эмпирической базой исследования выступил ФГБОУ ВО НГПУ. Всего в исследовании приняли участие 23 студента очной формы обучения, в возрасте от 18 до 21 года, из них 18 девушки и 5 юношей.

Методы и методики исследования. Для достижения поставленной цели использовались методы теоретического анализа научной литературы по проблеме исследования, эмпирические методы и методы статистической обработки информации (описательная статистика). В исследовании использовались следующие методики:

- 1) опросник образа собственного тела. (Олег Алексеевич Скугаревский и Сергей Викентьевич Сивуха).
- 2) Методика «Временной семантический дифференциал» (Е.А. Головаха, А.А. Кроник, 2008)
- 3) Методика шкалы «Временные направленности» (Е.А. Головаха, А.А. Кроник, 2008)

Результаты и обсуждение.

По результатам опросника **образа собственного тела** обнаружено, что удовлетворенность собственным телом имеют 73,9% испытуемых (из них 83,3% юноши, 76,4% девушки), остальные 26,1% испытуемых имеют выраженную неудовлетворенность собственным телом.

Исследования **временной направленности** показало, что 90,9% испытуемых имеют ориентацию на настоящее, 22,7% имеют ориентацию на прошлое, 59% имеют ориентацию на будущее.

По результатам Временного семантический дифференциал стало известно, что 82% испытуемых по фактору напряженности времени — это люди с динамической концепцией, в которой время предстает сжатым, быстрым, насыщенным, организованным; это — люди, живущие в «потоке времени», остро ощущающие

его «пульс». Для других, напротив, свойственна статичная концепция — времени растянутого, стоячего, свободного от суеты, пустотного. Остальные же 18% находятся адекватном соотношении данных граней.

По фактору континуальности–дискретности времени 100% испытуемых имеют тенденцию к континуальности времени. континуальное – время плавное, непрерывное, цельное, с тенденцией к однообразию.

По фактору эмоционального отношения к диапазону времени 100% испытуемых имеют положительные эмоции. Это означает, что испытуемые воспринимают время как беспредельное, за счет положительного эмоционального фона в юности, реальная ограниченность времени еще не обременяет их.

Для исследования взаимосвязи показателей использованных методик был проведен корреляционный анализ с применением критерия r_s - Спирмена с помощью статистической программы Statistica 7.0.

Корреляционный анализ проводился отдельно по двум эмпирическим группам – ЭГ-1 (девушки) и ЭГ-2 (юноши). Полученные данные представлены в таблице.

Таблица

Результаты корреляционного анализа ЭГ-1 (девушки)

Исследуемый параметр / название шкалы	Статистика критерия r_s – Спирмена	Уровень значимости
Образ тела – Ориентация на настоящее	-0,572	0,05
Фактор континуальности–дискретности времени – Образ тела	0,659	0,05

Корреляционный анализ данных по результатам обследования испытуемых ЭГ-1 выявил 1 обратнопропорциональную (отрицательную) связь на 5%-м уровне значимости, и 1 прямопропорциональную (положительную) связь на 5% уровне значимости между параметрами:

«Образ тела – Ориентация на настоящее» ($r_s = -0,572$ при $p < 0,05$). То есть, чем ниже уровень удовлетворенности собственным телом, тем выше фокусирование на настоящем.

«Фактор континуальности–дискретности времени – Образ тела» ($r_s = 0,659$ при $p < 0,05$). То есть, чем выше удовлетворенность собственным телом равномерное восприятие времени без тенденции к восприятию времени как пустого, однообразного, раздробленного.

Корреляционный анализ по ЭГ-2 не выявил значимых взаимосвязей. Мы полагаем, что такой результат получился из-за малой выборки. В последующих исследованиях мы исправим данную проблему.

Выводы. Таким образом, по результатам исследования можно сделать следующие выводы:

1. Степень удовлетворенности собственного тела у девушек положительно связана с равномерным восприятием времени без тенденции восприятия его как пустого, однообразного, раздробленного.

2. Степень неудовлетворенности собственным телом у девушек непосредственно связана с их ориентированием не на настоящем, а на прошлом или будущем.

Список литературы

1. Авдюнина Н. А. Образ тела как компонент самосознания в юношеском возрасте // Вестник Ассоциации вузов туризма и сервиса. 2016. Т. 10, № 2. С. 77–85.
2. Алмазова С. Л. Теоретический анализ проблемы изучения образа тела как компонента «Я-концепции» личности // Психология телесности: теоретические и практические исследования. Пенза: ПГПУ им. В. Г.Белинского, 2009. С. 39–45.
3. Бодаев А. А., Столин В. В. Общая психодиагностика. СПб. Речь, 2002.
4. Головаха Е. А. Кроник А. А. Психологическое время личности. М.: Смысл, 2008.
5. Леонтьев Д. А. Очерки психологии личности // Психология личности в трудах отечественных психологов. СПб., 2000.
6. Налчаджян А. А. Социально-психологическая адаптация. Ереван, 1988.
7. Рождественская Н. Н., Волкова О. А. Образ тела как проекция отношения к собственной личности // Психология телесности: теоретические и практические исследования (Москва, 24–28 января 2011 г.): сб. статей III Междунар. науч.-практ. конференции / под ред. Е. В. Буренковой. М., 2011. С. 7–10.
8. Скугаревский О. А., Сивуха С. В. Образ собственного тела: разработка инструмента для оценки // Психологический журнал. 2006. № 2. С. 40–48.
9. Стребкова Ю. А. Психологические аспекты изучения телесности // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. 2008. № 6-1. С. 183–187.
10. Дольто Франсуаза. Бессознательный образ тела. Т. 16 / пер. с фр. И. Б. Ворожцовой. Ижевск: Ergo, 2006. 375 с.

Научный руководитель – *Н. А. Галюк*,
канд. психол. наук, доц. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

УДК 159.9

Коркина Анастасия Сергеевна

*студентка 4 курса, направление «Психолого-педагогическое образование»,
профиль «Психология образования», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
г. Новосибирск, Россия*

ВЗАИМОСВЯЗЬ ТРЕВОЖНОСТИ И АГРЕССИВНОСТИ В МЛАДШЕМ ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация. Статья посвящена рассмотрению актуального вопроса взаимосвязи тревожности и агрессивности в младшем подростковом возрасте. Содержит результаты теоретического анализа понятия «тревожность» и ее связи с агрессивностью в младшем подростковом возрасте. В работе обнаруживается взаимосвязь тревожности и агрессивности. Описываются результаты эмпирического исследования на выборке школьников, которое позволило установить взаимосвязь отдельных видов тревожности и агрессивности.

Ключевые слова: психология, тревожность, агрессивность, подростковый возраст, страх.

Korkina Anastasia Sergeevna

*4th year Student, direction "Psychological and pedagogical education",
profile "Psychology of Education", Faculty of Psychology, Novosibirsk State
Pedagogical University, Novosibirsk, Russia*

THE RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY AND AGGRESSIVENESS IN EARLY ADOLESCENCE

Abstract. The article is devoted to the consideration of the topical issue of the relationship between anxiety and aggressiveness in younger adolescence. The article contains the results of a theoretical analysis of the concept of anxiety and its relationship with aggressiveness in early adolescence. The work reveals the relationship between anxiety and aggressiveness. The article describes the results of an empirical study on a sample of schoolchildren, which allowed to establish the relationship between certain types of anxiety and aggressiveness.

Keywords: psychology, anxiety, aggressiveness, adolescence, fear.

В настоящее время актуальной является тема тревожности среди людей, в том числе и детей младшего подросткового возраста. Быстро изменяющиеся условия жизни ведут к тому, что у человека возрастает уровень тревожности. Увеличивается количество людей с признаками тревожности, которые обусловлены страхом не стать успешным, не достичь своих желаний и упустить свои возможности.

Тревожность взрослых людей непременно влияет на формирование и развитие личности ребенка, так как они очень чувствительны даже к малейшим переменам в настроении своих родителей. Зачастую родители предъявляют высокие требования к своему ребенку, которые не всегда могут быть под силу еще не сформировавшемуся маленькому человеку. Это может привести к снижению самооценки и возникновению вопроса: «Смогу ли я сделать то, чего от меня ждут?». Ребенку в таких условиях не удастся пережить ситуацию успеха, так как он не чувствует безусловную поддержку от родителей.

Есть другая немаловажная сторона данной проблемы: неподготовленность детей к обучению в школе. Многие родители считают, что, если ребенок умеет читать и писать, он непременно станет успешным учеником. На самом деле, эти умения не являются показателем успешности в обучении, ведь подготовка к школе включает в себя не только интеллектуальную готовность, но и психологическую, физическую, социальную, а также умение соблюдать предъявляемые новые нормы и правила поведения и общения. Приходя в школу, ребенок не умеет слушать и слышать учителя, у него не сформированы произвольные когнитивные способности (внимание, память), коммуникативные навыки, отсутствуют навыки самоконтроля или развиты на низком уровне. У ребенка, который сталкивается с новыми условиями деятельности, возникает тревожность в следствии неготовности принять новый для него статус – статус ученика.

К чему же ведет тревожность, возникающая у детей младшего подросткового возраста? Тревожный ребенок – это ребенок, неуверенный в себе, в своих

силах, с нарушенным эмоциональным фоном, не умеющий наладить контакт со взрослыми и сверстниками, со сниженным уровнем работоспособности и продуктивности деятельности. В силу своего возраста, такой ребенок нуждается в особой поддержке взрослых, как родителей, так и учителя.

Проявление проблемы агрессивности у детей младшего подросткового возраста является следствием возрастных особенностей, возникающих в результате гормональной перестройки организма, и эмоциональных переживаний, которые ребенок не способен самостоятельно контролировать. Исходя из вышесказанного возникает необходимость понимания взрослыми того, что ребенку требуется помощь в преодолении тяжелого периода развития, поэтому родители и педагоги должны точно осознавать, как сделать так, чтобы дети без особой траты эмоциональных ресурсов смогли справиться с кризисом и приобрести уверенность в себе и в своих силах.

Объект исследования: тревожность.

Предмет исследования: агрессивность.

Цель исследования: выявление взаимосвязи тревожности и агрессивности в младшем подростковом возрасте.

Материал и методы исследования: исследование взаимосвязи уровня тревожности и агрессивности личности в младшем подростковом возрасте проводилось на базе МБОУ «Толмачевская школа №60» г. Оби Новосибирской области. В нем принимало участие 33 учащихся, средний возраст которых 11 лет. Из них 18 мальчиков и 15 девочек. Применялись следующие опросники:

1. Опросник исследования уровня агрессивности 1957г., А. Басс и А. Дарки (на русском языке стандартизирован А.А. Хваном, Ю.А. Зайцевым и Ю.А. Кузнецовой);

2. Тест уровня школьной тревожности Филлипса (School Anxiety Questionnaire), разработанный Б. Н Филлипсом (Beeman N. Phillips).

Гипотеза исследования: существует взаимосвязь между тревожностью и агрессивностью в младшем подростковом возрасте.

Результаты исследования:

На первом этапе исследования была использована методика диагностики уровня тревожности по Филлипсу.

По результатам диагностики было выявлено, что наиболее высокий процент повышенной тревожности показали шкалы «Страх ситуации проверки знаний» (70%) и «Переживание социального стресса» (58%). Что указывает на то, что большой процент исследуемых данной выборки может испытывать негативные эмоциональные переживания в ситуациях, связанных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей и т.п., а также переживать чувство тревоги в ситуациях проверки их знаний и возможностей.

Наименьший процент набрали шкалы «Общая тревожность в школе» (27%) и «Фрустрация потребности в достижении успеха» (30%). Это говорит о том, что данная выборка детей не испытывает общую тревожность в школе и у них отсут-

ствует неблагоприятный психический фон, не позволяющий детям развивать свои потребности в успехе и в достижении результатов.

С целью изучения уровня агрессивности был использован опросник агрессивности Басса-Дарки

По результатам диагностики агрессивности показатели менее 50% выявлены по следующим шкалам: «Агрессия» (42,4%), «Вербальная агрессия» (42,4%), «Негативизм» (45%), «Физическая Агрессия» (48,5%).

Показатели от 50% до 60% выявлены по шкалам «Чувство вины» (51,5%), «Раздражение» (54,5%), «Враждебность» (54,5%) и «Косвенная агрессия» (57,6%).

Показатели более 60% по шкалам «Обида» (63,6%) и «Подозрительность» (66,7%).

Можно сделать вывод, что среди испытуемых нет ярко выраженных видов агрессивных реакций. У детей присутствует проявление практически всех видов.

Данная выборка учеников чаще проявляет переживание по поводу допущенной по отношению к ним несправедливости, непонимания со стороны окружающих, задетого чувства собственного достоинства. Дети склонны к недоверию и осторожности по отношению к другим людям. В наименьшей степени проявляются вербальная агрессия, это значит, что выражение негативных чувств посредством угроз и сарказма они используют реже, нежели использование физической силы против другого человека.

Корреляционный анализ данных методики уровня тревожности Филлипса с данными опросника Басса-Дарки показал взаимосвязь отдельных видов тревожности и агрессивности.

Так обнаружена умеренная положительная взаимосвязь между параметрами «Общая тревожность в школе» и «Агрессия» ($R = 0,633$ при $p = 0,004$), где с увеличением параметра «Общая тревожность в школе» также увеличивается параметр «Агрессия» и наоборот. Это означает, что у данной выборки младших подростков с повышенным беспокойством в учебных ситуациях так же усиливается деструктивное поведение, приносящее вред, психологический дискомфорт людям.

Также обнаружена умеренная отрицательная взаимосвязь между параметрами «Общая тревожность в школе» и «Физическая агрессия» ($R = -0,694$ при $p = 0,071$), где с увеличением параметра «Общая тревожность в школе» снижается параметр «Физическая агрессия» и наоборот. Это свидетельствует о том, что при увеличении беспокойства в учебных ситуациях у них снижается показатель использования физической силы против другого человека.

Третья умеренная положительная взаимосвязь выявлена между параметрами «Агрессия» и «Переживание социального стресса» ($R = 0,524$ при $p = 0,020$), где с увеличением параметра «Агрессия» также увеличивается параметр «Переживание социального стресса» и наоборот. Это означает, что у данной выборки младших подростков с повышением деструктивного поведения, приносящего вред, психологический дискомфорт людям так же учащаются стрессовые ситуации во время взаимодействия с окружающими людьми.

В ходе проведения корреляционного анализа было обнаружено, что у выборки младших подростков с проявлением беспокойства в учебных ситуациях снижается проявление использования физической силы против другого человека, а также усиливается деструктивное поведение, приносящее вред, психологический дискомфорт людям. С повышением деструктивного поведения, приносящего вред, психологический дискомфорт людям так же усиливается стрессовые ситуации во время взаимодействия с окружающими людьми.

Таким образом, в ходе исследования было выявлено, что в младшем подростковом возрасте существует взаимосвязь между тревожностью и агрессивностью.

Список литературы

1. Аракелов Н. Е., Лысенко Е. Е. Психофизиологический метод оценки тревожности // Психологический журнал. 1997. № 2. С. 34–38.
2. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. М.: Моск. психолого-соц. ин-т; Воронеж: МОДЕК, 2000.
3. Хван А. А., Зайцев Ю. А., Кузнецова Ю. А. Стандартизированный опросник измерения агрессивных и враждебных реакций А. Басса и А. Дарки (методические рекомендации). Кемерово: КГПА, 2005.
4. Карбанова О. А. Возрастная психология. Конспект лекций. М.: Айриспресс, 2005. 240 с.

Научный руководитель – Л. А. Юшкова,
канд. психол. наук, доц. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

УДК 159.99

Корниенко Нина Алексеевна

доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры технологий обучения педагогики и психологии, Новосибирский государственный аграрный университет, na.kornieenko2012@yandex.ru, г. Новосибирск, Россия

ЦИФРОВИЗАЦИЯ ОБЩЕСТВА И СИМПТОМЫ ДЕГРАДАЦИИ ЛИЧНОСТИ

Аннотация. В статье рассмотрены различные аспекты формирования идентичности психологической зависимости личности от виртуальной среды. Систематическое пребывание в компьютерных сетях ведет к значительным структурным и функциональным изменениям в ее психической деятельности: познавательной, коммуникативной, личностной сферы и поведения. Учитывая актуальность проблемы, мы сформулировали цель исследования: влияние цифровизации общества на формирование идентичности психологической зависимости личности и появление симптомов ее деградации. Цифровая эпоха и последствия информатизации общества: сетевой техногнозис, техношовинизм и цифровое слабоумие, оказывают негативное влияние на незрелую личность. Такие изменения приводят к возникновению психологического явления «цифровое слабоумие», которое характеризуется «расстройством внимания, когнитивными нарушениями, подавленностью и депрессией, низким уровнем самоконтроля. Методология исследования: качественный контент-анализ,

Е. В. Беловол, И. В. Колотилова, опросник для оценки степени увлеченности ролевыми компьютерными играми Н. А. Корниенко, методика изучения содержательной стороны идеалов, высоко ценимых подростками. Многочисленные исследования показали, что мозг «цифровой личности» подвержен изменениям, «схожим с теми, что появляются после черепно-мозговой травмы или стадии деменции – приобретенного слабоумия, которое развивается в старческом возрасте.

В студенческой среде формируется специфичная цифровая культура, характеризующаяся амбивалентными тенденциями: с одной стороны, значительное увеличение образовательных и иных возможностей, с другой – деструктивные явления интернет-зависимости и патологического развития личности. Постоянное обновление информационно-коммуникативных технологий требует их освоения и изучения как педагогического средства, значительного по силе воздействия на личность. В настоящее время привлекают новые варианты информационных технологий для повышения эффективности обучения. Однако требования к результатам высшего профессионального образования включают в себя формирование и развитие личностных качеств, необходимых для выполнения профессиональных обязанностей, реализации творческих инициатив.

Ключевые слова: информационно-коммуникативные технологии, цифровое слабоумие, мозг цифровой личности.

Kornienko Nina Alekseevna

Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor of the Department of Teaching Technologies of Pedagogy and Psychology, Novosibirsk State Agrarian University, na.kornieenko2012@yandex.ru, Novosibirsk, Russia

DIGITALIZATION OF SOCIETY AND SYMPTOMS OF PERSONALITY DEGRADATION

Abstract. The article discusses various aspects of the formation of identity psychological dependence of the individual on the virtual environment. Systematic stay in computer networks leads to significant structural and functional changes in her mental activity: cognitive, communicative, personal sphere and behavior. New terms of the digital age and the consequences of informatization of society: network technognosis, techno-chauvinism and digital dementia have a negative impact on an immature personality. Given the relevance of the problem, we formulated the purpose of the study: the impact of the digitalization of society on the formation of the identity of the psychological dependence of the individual and the appearance of symptoms of its degradation. Such changes lead to the emergence of the psychological phenomenon of “digital dementia”, which is characterized by "attention disorder, cognitive impairment, depression and depression, low level of self-control. Research methodology: qualitative content analysis E. V. Belovol, I. V. Kolotilova, Questionnaire for assessing the degree of enthusiasm for role-playing computer games N. A. Kornienko, Methods of studying the content side of ideals highly valued by adolescents. Numerous studies have shown that the brain of a “digital personality” is subject to changes similar to those that appear after a traumatic brain injury or the stage of dementia – acquired dementia that develops in old age.

Main achievements and conclusions. A specific digital culture characterized by ambivalent tendencies is being formed in the student environment. On the one hand – significant increases in educational and other opportunities, on the other – destructive phenomena of Internet addiction and pathological personality development. Constant updates of information and communication technologies require their development and study as a pedagogical tool that has a significant impact on the personality. Currently, new information technology options are being attracted to improve the effectiveness of training. However, the requirements for the results of higher professional education include the formation and development of personal qualities necessary for the performance of professional duties, the implementation of creative initiatives.

Keywords: information and communication technologies, digital dementia, digital personality brain.

Исследования идентичности во многом связаны с растущим интересом к этой проблеме, который отражает реакцию науки на трансформацию общественных условий. Многие отечественные и зарубежные авторы отмечают, что сегодня потребность человека в идентичности выходит по значимости на одно из первых мест. Это понятие становится одним из центральных в психологии, поскольку оно связано с комплексом проблем социальной теории и практики. Идентичность предполагает осознанное внимание к вопросу «Кто я?», который сопровождает человека на протяжении всей его жизни и обуславливает многие важные моменты его жизнедеятельности. Развитие означает направленность на профессиональный рост, приобретение новых профессиональных качеств, открытость в поиске информации, гибкость в целеполагании и принятии решений. Ценности и антиценности Интернета выступают основой формирования и развития идентичности личности, как положительной, так и отрицательной [7].

Информационная среда состоит из различных компонентов: образовательного, управленческого, коммуникативного. Информационно-образовательное пространство обеспечивает работу с единой базой данных, использование для образования и управления соответствующих программ. Пользователями ИКТ являются одновременно все члены педагогического и студенческого коллективов вуза и его факультетов, все службы и отделы руководства и управления высшей школы [14].

В студенческой среде формируется специфичная цифровая культура, характеризующаяся амбивалентными тенденциями. С одной стороны – значительное увеличение образовательных и иных возможностей, с другой – деструктивные явления в виде интернет-зависимости и патологического развития личности [10].

Учитывая актуальность проблемы, мы сформулировали цель исследования: изучение психологических предпосылок формирования интернет-зависимости в студенческой среде.

Человек обучается в процессе обработки информации, и только реальная личная коммуникация, личное его участие делает возможной глубокую переработку информации. По мере взросления личности, когда информации становится слишком много, то для оптимизации процесса обучения можно привлекать компьютер, однако компьютер должен совершать эту работу вместе с человеком, а не вместо него. При этом работа с огромным количеством источников требует от человека более развитого критического мышления: способности оценить имеющиеся данные, установить критерии, отфильтровать ненужное и выделить главное, исходя из условий решаемой задачи.

Поэтому сторонники мнения, что цифровая техника – это машины, препятствующие обучению, а сам механизм их воздействия направлен в сторону, противоположную целям улучшения образования, имеют на то достаточные основания: «Компьютеры обрабатывают информацию. Люди, которые учатся, тоже. Из этого делается неверный вывод, что компьютеры – идеальные инструменты для обучения. Однако именно потому, что компьютеры, ноутбуки и смартборды делают умственную работу за нас, для обучения они не годятся. Обучение предполагает са-

мостоятельную умственную работу: чем активнее и глубже мозг обрабатывает информацию, тем лучше она будет усвоена» [22, с. 51–52, 54–55].

В цифровую эпоху многократно возрастает роль учителя, что на раннем этапе компьютеризации школ подвергалось сомнению, и во многих учебных заведениях цифровизацией стремились подменить реальное обучение (вспомним обсуждаемый с опаской тезис: «совсем скоро компьютер полностью заменит учителя»). Самостоятельное мышление учащихся при работе с цифровыми устройствами и интернет-источниками не может формироваться само по себе, без участия педагога, без организации полноценного учебного процесса, поскольку воспитание самостоятельности мышления не означает бесконтрольного поглощения ребёнком бесконечных потоков информации: «Для того чтобы разумно использовать компьютер в школах, в первую очередь необходима педагогическая концепция и соответствующим образом подготовленные учителя» [22, с. 42]. Поэтому поиск оптимального соотношения между новыми и традиционными педагогическими технологиями должен осуществляться повсеместно, централизованно и в рамках задачи, поставленной на государственном уровне – на уровне осознания того, что незрелость родителей, педагогов и чиновников не может привести к зрелости детей.

Воспитание является неотъемлемой частью единого образовательного процесса в вузе, представляет собой основу и средство всесторонней и гармоничной самореализации личности каждого студента. Главной его особенностью является то, что и преподаватели, и студенты в равной мере являются одновременно объектами и субъектами воспитания, оказывающим влияние друг на друга. Это единая система воспитательного коллектива, имеющего общие цели развития и совместно реализующая содержательную деятельность по достижению этих целей. Педагогические коллективы выступают факторами развития творческого потенциала, личностных и профессионально значимых качеств его членов. Это закономерно определяет личностный подход, когда и преподаватели, и студенты персонализируются, когда в коллективе относятся к каждому участнику как к самостоятельной ценности [14].

По методике Н. А. Корниенко изучения содержательной стороны идеалов, высоко ценимых подростками мы выявили, что для всех студентов Инженерного института НГАУ существует свой идеал и это высшая степень качеств и уверенности в себе к чему нужно стремиться. Либо это человек, который стремиться и добивается всех поставленных целей, которому мы подражаем или считаем своим идеалом. Мы затрагивали конкретику идеологии, и выявили, что большинство, стремиться быть похожим на конкретную личность, либо же это человек, наделённый качествами, нужные именно определённой личности.

В данном возрасте или данном поколении слово патриотизм имеет свою ценность. Конечно, у ряда респондентов было отмечено, что они не являются патриотами, но для большинства любовь к своей родине не потеряла ценность. Так же хочется отметить, что слово Родина для большинства студентов – это дом, в котором ты вырос и место, где находятся родные.

Так же не маловажным вопросом был «Зачем живу?»

Для большинства студентов важной частью является реализация в жизни и создание семьи. Так же многие респонденты хотят внести свой вклад в человечество, что показывает их внутреннее стремление к открытию потенциала.

Некоторая доля респондентов затруднилась ответить на вопрос о понятии мужества.

И подытожив весь результат, можно отметить, что идеалы у студентов обладают исключительно положительными качествами и потенциалами.

В ходе проведения скрининговой диагностики компьютерной зависимости было установлено, что 40% респондентов имеют сформированную компьютерную зависимость, что интерпретируется нами как деструктивная тенденция. 25% студентов имеют высокий риск развития компьютерной зависимости. 20% студентов увлечены интересом и лишь 15% не имеют риска компьютерной зависимости[10].

По тесту на виртуальную зависимость К.С. Янг было установлено, что 38% имеют стойкую интернет-зависимость, что также интерпретируется нами как аддикция. 31% имеют некоторые проблемы, связанные с чрезмерным увлечением интернетом, 22% респондентов – это обычные пользователи интернета, 9% пользуется редко, лишь в ситуации крайней необходимости.

Полученные данные свидетельствуют о психологических предпосылках формирования интернет-зависимости у высокого процента студентов. В ходе эмпирического исследования также зафиксированы внешние проявления, связанные с чрезмерным увлечением интернетом: студент лежит/сидит «в обнимку» с планшетом/телефоном/компьютером/ноутбуком, он с ними расстается лишь на считанные часы – когда засыпает, когда просыпается – уже рядом телефон и он смотрит свою «ленту», по дороге до учебы он также – «в телефоне»

Одной из предпосылок формирования интернет-зависимости, на которую указывает респонденты, являются слабо развитые навыки управления своим личным временем. Большинство студентов жалуются на переутомление, недосыпание, раздражительность, повышенную тревожность в связи с хронической нехваткой времени на подготовку к практическим занятиям, на написание курсовых и выпускных квалифицированных работ.

Результаты проведённого исследования [10] показали, что психологические аспекты формирования интернет-зависимости многообразны, в связи с этим возникает необходимость проведения со студентами профилактических бесед, тренингов личностного развития тренингов личностного развития. Длительное пребывание за компьютером, за онлайн-игрой приводит к деструктивным изменениям в познавательной, коммуникативной, личностной сферах и поведении человека. У многих студентов сужается круг интересов, исчезает хобби и увлечение, снижается потребность в общении с одногруппниками. Студент-пользователь сети Интернет постепенно становится геймером, «монстром» компьютерного мира. В ходе проведения скрининговой диагностики компьютерной зависимости было

установлено, что 40% обследованных респондентов имеют компьютерную зависимость и лишь 15% не умеют такого риска [10, с.52].

Наше исследование показало, что по широте возможностей Интернет превосходит все существовавшие до него средства связи прежде всего широтой возможностей поиска и обработки текстовой, графической, мультимедийной информации.

Помимо того, что Интернет – это информационная и коммуникационная среда, это еще и особая культурная среда – субкультура, которую многие называют киберкультурой, виртуальным постмодернизмом. Как и в любой субкультуре, у киберкультуры имеются знаковые места ее функционирования в Интернете: чаты, форумы, доски объявлений, ICQ и т. п., «офлайновые» места обитания, такие как, например, компьютерные клубы, фирмы и Интернет-компании, отделы АСУ в банках и на предприятиях, магазины компьютерных аксессуаров, выставки (типа СОМТЕК или СОМДЕК) [3], т. е. все, что можно обозначить эмоционально окрашенным и любимым личности подростка понятием «тусовка», т. е. формируется культурная идентичность.

У киберкультуры свои гуру, мода, свой собственный полупрофессиональный язык – жаргон, своя социальная стратификация. Оснований, по которым могут стратифицироваться представители киберкультуры, множество: группы «профи», «хакеры», «юзеры», «ламеры» и др. Кибернетическая субкультура – особая духовная область разных общностей людей – сообществ компьютерных фирм, организаций, клубов, неформальных групп или группировок. Она обладает особой кибернетической идеологией, определенными этическими нормами и ценностями, эстетическими установками и потребностями, вкусами, предпочтениями, которые и определяют повседневную жизнь и быт отдельных кибернетчиков и их сообществ [16]. «Киберфилософия» мотивирует, оправдывает и определяет весь образ и стиль их жизни, детерминируя линию поведения, заставляет брать на себя те или иные обязательства, т.е. формируется и развивается кибернетическая идентичность.

Анализ психологической литературы по проблеме зависимостей показал, что в настоящее время внимание специалистов-психологов и психотерапевтов привлекают социально приемлемые формы аддикций. Аддикция возникает, когда «стремление ухода от реальности, связанное с изменением психического состояния, начинает доминировать в сознании, становясь центральной идеей, вторгающейся в жизнь, приводя к отрыву от реальности» [8; с. 292]. Подтверждением этому является создание большого количества методик, диагностирующих Интернет-зависимость, компьютерную зависимость [27;6;11;12;25;28;1], трудоголизм, зависимость от спортивных упражнений, компульсивного шопинга и другие виды расстройств. Еще десять лет назад компьютерная зависимость изучались на примере Интернет-зависимости. Сегодня, по мнению специалистов, компьютерные игры все чаще становятся объектом формирования аддикций [20]. Наиболее популярными у подростков являются ролевые компьютерные игры. Согласно статистике, в настоящее время насчитывается до 14 % патологических игроков подросткового

возраста. Родители таких подростков все чаще обращаются за помощью к психологам и психотерапевтам. В России и за рубежом открыты специализированные клиники для лечения «геймеров» (патологических игроков).

В современных исследованиях о последствиях информатизации общества, проводимых специалистами в области когнитивной психологии, наряду с перспективными возможностями, открывающимися в различных сферах общественной жизни, отмечается ряд деструктивных тенденций развития познавательных функций, наблюдающих у детей и подростков – активных пользователей мобильных устройств. На основании новейших данных о поведении «интернет эксплуатантов» в поисковых системах, соцсетях и онлайн магазинах, новых привычках онлайн аудитории и причинах использования интернета по состоянию на 2021 год [15], а также с опорой на зарубежные исследования в сравнении с предыдущими периодами времени [22;18], можно с уверенностью отнести к этим тенденциям возрастание общего негативного влияния «безумствующих технологий» на растущий организм наших детей, адаптационные системы которого отличаются значительной функциональной незрелостью. Болезненная зависимость от компьютера, айфона и интернета приводит в конечном счёте к «снижению умственной работоспособности, утрате навыков мышления и способности к критической оценке фактов, неумению ориентироваться в потоках информации» [22, с. 7].

Многозадачность, как превалирующее действие при неоправданно длительном общении с гаджетами «супер многофункциональных личностей», уступает по своей продуктивности деятельности, которая ведётся в условиях чётко поставленных задач, что приводит к окулomotorным ошибкам чтения и лексического распознавания слов при визуальном восприятии текста и извлечении информации [13, с. 92–95, 196–199, 460–463]. У чрезмерно инициативных приверженцев интернета часто встречается нарушение памяти и способности к концентрации внимания, к сосредоточению на значимой информации, снижена глубина эмоций, наблюдается общее притупление чувств. Несмотря на избыточное общение в социальных сетях, реальная социальная изоляция каждого пользователя не снижается, а, наоборот, возрастает за счёт поверхностных, мимолётных, пустых или вредных социальных контактов, часто с незнакомыми или малознакомыми собеседниками, не говоря уже о действии пагубного контента некоторых сайтов или откровенно преступных намерениях создателей отдельных сетевых сообществ.

Описанные выше риски вызваны навязыванием внешними цифровыми устройствами, имеющими бесчисленные дополнительные опции, неестественных способов восприятия информации без её переработки и усвоения – способами, которыми она доставляется из сети – «в форме быстро движущегося потока маленьких частиц» [22, с. 2;18;5]. Вместо целенаправленного мышления – комплексного умственного действия, обращённого к решению чётко поставленных задач в ходе мотивированной познавательной практики, – у ребёнка формируется клиповое мышление, представляющее собой один из вариантов шаблонного, поверхностного мышления, что приводит, согласно военной терминологии, к «отвлечению на негодный объект». К способам воздействия на незащитного юного поль-

зователя можно отнести фрагментированный и хаотичный визуальный ряд на экране; скачки коротких отрывков графической информации, воспринимаемые без сосредоточения, выделения ключевых параметров изображения или текста, их обдумывания или критического переосмысления; потоки не проверенных и не поддаваемых сомнению фактов; мелькающие баннеры и агрессивная, навязчивая реклама, отвлекающая внимание.

В современном мировом информационном пространстве новые термины цифровой эпохи и последствия информатизации общества оказывают негативное влияние на незрелую личность сетевой техногнозис, техношовинизм и цифровое слабоумие.

1. Сетевой техногнозис – опасное социально-психологическое явление, основанное на деструктивных идеях информационного общества, воплощённых в современных гипермедиа, которые формируют многие аспекты бездуховности: изменяют границы реальности, вовлекая человека в виртуальные миры и моделируя тем самым ложную человеческую идентичность, заменяя её естественные формы на фальшивые и извращённые. Сетевой техногнозис эксплуатирует «технологическое бессознательное», когда разум заводит человека в непредсказуемый хаотичный мир, и, якобы открывая двери инновациям, заключает человечество в «темницу непредвиденных последствий» [5].

2. Техношовинизм – слепая вера «коренных обитателей цифрового мира» во всевластие технологий, необоснованный оптимизм и недостаток осторожности относительно применения новых технологий; вера в правильность, честность и превосходство решений, принятых компьютером, над решениями человека и человеческими отношениями [2, с. 17, 74, 112].

3. Цифровое слабоумие (digital dementia) характеризуется «расстройством внимания, когнитивными нарушениями, подавленностью и депрессией, низким уровнем самоконтроля» [18]. Многочисленные исследования показали, что мозг «цифровой личности» подвергается изменениям, «схожим с теми, что появляются после черепно-мозговой травмы или на ранней стадии деменции – приобретённого слабоумия, которое обычно развивается в старческом возрасте» [22; 18; 21, с. 7]. Такие опасные симптомы деградации личности позволили нейробиологам, нейрофизиологам и физиологам мозга, педиатрам, психологам и психиатрам позиционировать высокий риск развития цифрового слабоумия как нового заболевания неискушённой личности, встроенной в нарастающие информационные потоки. При этом приобретение реального жизненного опыта и совершение умственных усилий подменяется виртуальной практикой взаимодействия с часто сомнительными ресурсами по принципу «Copy & Paste».

В Германии введён новый термин по отношению к молодёжи – «поколение с опущенной головой». Действительно этот феномен можно пронаблюдать в повседневной жизни в любом общественном транспорте. Культуру поведения и общения, набирающие популярность. Большой процент студенческой молодёжи позиционирует себя по примеру известных рэперов, популярных ведущих со стра-

ниц инстаграмма и пр. Это способствует их популяризации, а возможно и повышению социометрического статуса среди одноклассников [10].

Известно, что мозг человека постоянно изменяется под влиянием способов взаимодействия с поступающей информацией, оставляющих в нём неизгладимые следы. А необходимость мгновенного ответа на раздражитель, недостаток времени на обдумывание, постоянное рассеянное внимание, утрата желания, а затем и способности удерживать в памяти хоть сколь-нибудь значимую информацию, безграмотные, не несущие глубокого смысла комментарии в сетевых сообществах – всё это приводит к деградации памяти и языка, как основных составляющих мышления.

Каким же образом происходит оскудение когнитивных функций у незрелой личности, находящейся под агрессивным воздействием цифровых технологий, как неокрепший мозг может трансформироваться до стадии деменции, или «умственного упадка», в самый благоприятный период, отведённый природой для его развития, и можно ли предотвратить подобные процессы.

Современные электронные устройства обладают необычайной способностью поражать воображение, фиксировать внимание на ярком, неправдоподобном, часто не отражающем суть явления, поскольку одна из задач цифрового контента – это удивить, захватить, увлечь, часто увести от реального процесса познания того, кто не научился управлять своей мыслительной деятельностью. Мозг теряет свою нейропластичность, процессы мышления не только не выходят на более высокие стадии активизации высших психических функций, замирая на самых начальных ступенях образования понятий, но в ряде случаев движутся вспять, препятствуя образованию новых нейронных связей или приводя к потере путей передачи нервных импульсов мозга, созданных ранее в других, более благоприятных, условиях [9].

Отсутствие физической активности из-за постоянного пребывания за компьютером в фиксированной позе также снижает активность мозга, но уже с биологической точки зрения, поскольку в кровь не поступает достаточное количество эндорфинов – гормонов, регулирующих передачу нервных импульсов между нейронами. При этом уменьшается выработка мышечной массой молочной кислоты, которая является продуктом окисления глюкозы, выделяющейся при физической нагрузке и расширяющей кровеносные сосуды, что приводит к нарушению снабжения мозга кислородом, препятствуя его продуктивной работе.

Так возникают когнитивные и биологические процессы, соответствующие «онтогенезу наоборот» – явлению, напоминающему старение мозга у людей преклонного возраста. Однако в детский и подростковый периоды цифровое слабоумие возникает не как следствие постепенной утраты человеком своих когнитивных функций, а как результат недоиспользования функционального потенциала мозга, препятствование его развитию в силу принятия родителями и педагогами ложных приоритетов, предлагаемых цифровыми технологиями в качестве новых способов интеллектуального развития и воспитания детей, а по сути – признание всевластия техношовинизма.

В психологии изучение проблемы Интернет-зависимости в основном касается таких вопросов, как: деятельность и личностные особенности пользователей, увлекающихся групповыми ролевыми Интернет-играми или MUD (Multi-User Dimension – многопользовательское измерение) [4]; личностные характеристики пользователей, увлекающихся компьютерными играми [19]; отношение к компьютерным играм [17]. В качестве диагностического инструмента для изучения всего спектра кибер-зависимостей в основном используется методика К. Янг (К. Young) на определение Интернет-аддикции.

Наше исследование степени увлеченности ролевыми компьютерными играми личности студентов НГАУ позволило подтвердить три уровня увлеченности ролевыми компьютерными играми [7;1]. Респондентов с результатами от 66 до 104 баллов мы отнесли к группе «интересующиеся ролевыми компьютерными играми». Обращение к ролевым компьютерным играм у таких подростков происходит редко. Их поведение и личностные особенности не отличаются от поведенческих и личностных проявлений пользователей персональных компьютеров, не интересующихся компьютерными играми.

Группа испытуемых, которые получили от 105 до 180 баллов, получила название «увлекающиеся ролевыми компьютерными играми». Занятия РКИ для этих респондентов носят ситуативный характер и не отнимают большого количества времени. Наряду с компьютерными играми существуют сферы жизни, которые для них значимы. Увлечение не влияет на характер контакта с родными, друзьями, школьную успеваемость.

Высокие значения по методике представлены в диапазоне от 181 до 270 баллов. Испытуемые с такими результатами были отнесены к группе «Чрезмерно увлеченных ролевыми компьютерными играми». Для респондентов характерны следующие особенности: в центре круга интересов находятся компьютерные игры, увлечение носит системный характер, утрачивается контроль над поведением. При этом страдают все области жизнедеятельности (учеба, взаимоотношения с близкими, друзьями), сужается сфера интересов. Эмоциональное состояние подвержено резким колебаниям без особых причин. Характерны также признаки «погруженности в ролевые компьютерные игры». В данном случае увлеченность не носит характер тотального образования, поддается коррекции с помощью психологов и психотерапевтов.

Деление испытуемых по степени увлеченности РКИ было подкреплено результатами анализа информации о среднесуточном времени, которое подростки уделяют ролевым компьютерным играм. Респонденты из группы «Интересующихся РКИ» проводят за играми не более 0,5 ч., «Увлекающихся РКИ» – не более 2 ч., а «Чрезмерно увлекающихся РКИ» – более 5 ч. в день [7;1].

Одним из отрицательных последствий просмотра сцен насилия исследователи считают развитие чувства страха. Привыкая к мысли о том, что насилие в обществе – это норма, дети и подростки начинают испытывать постоянный страх перед тем, что они могут оказаться жертвой преступника. Такие подростки в меньшей степени готовы оказывать помощь жертве преступления [23;24;26].

К сожалению, медианасилие все сильнее проникает в российское общество, где на практике не существует ни эффективной системы возрастных ограничений для просмотра и продажи аудиовизуальной продукции, ни системы контроля за демонстрацией сцен насилия на экране.

Требовать каких-то запретов и ограничений – путь знакомый, но, как показала практика, неэффективный. Решение проблем видится не только в продвижении на компьютерный рынок познавательных и увлекательных игр с минимальным присутствием насилия, но и в активизации движения медиаобразования [7]

С учётом полученных результатов теоретического и эмпирического исследования [10], были разработаны рекомендации по профилактике интернет-зависимости в студенческой среде и мы пришли к следующим выводам:

1. Необходимо ограничить пребывание у компьютера, нужно спланировать режим дня, отправиться в реальный мир, находить что-то важное и интересное для себя и собственного развития.

2. Развивать навыки управления своим личным временем.

3. Формировать новые эффективные навыки психической саморегуляции для восстановления сниженной/утраченной работоспособности.

На основании изложенного, мы пришли к следующим выводам. В современном мире выделяется особая роль личностных качеств человека-профессионала, которые проявляются в отношении к своей деятельности, в реализации своих знаний и умений в реальных, непредсказуемых жизненно-практических ситуациях. Возросшие условия конкуренции на рынке труда требуют от молодых людей формирования и предъявления инициативы, творческой активности, стремления к лидерству, гибкости мышления, критичности, толерантности, коммуникативных компетенций и иных профессионально важных качеств личности [14, с. 115].

2. Студенческий юношеский возраст благоприятен для воспитательных воздействий и может быть использован для развития или корректировки требуемых качеств. В планировании и осуществлении воспитательного процесса в высшей школе важно использовать все возможности, как традиционно эффективно подтвержденные, так и инновационные. Активное использование средств ИКТ (информационно-коммуникативных технологий), как в личном, так и в учебном процессе современными студентами и преподавателями позволяет направлять воспитательный процесс в высшей школе по совершенно новым траекториям взаимодействия.

3. Аналитическое изучение проблематики воспитательного процесса в высшей школе посредством информационно-коммуникативных технологий показал, что безусловной базой для этого обновления воспитательного процесса является гуманизация высшей школы. Важнейший эффективный аспект воспитательной системы – её понятность и близость к тем увлечениям современными техническими возможностями, которыми пользуются студенты для учебы, проведения досуга, постоянного общения. Безусловно, что в настоящее время все формы воспитательной работы, так или иначе, необходимо связывать с вариантами ИКТ. Результаты социологического опроса показали, что в среднем студенты пользуются со-

циальными сетями 5 часов в день (71%). Но, показатели активности у выборки разные: так от 6 до 12 часов проводят в социальных сетях 28,5% студентов, от 2 до 3 часов в день 26%.

Список литературы

1. Беловол Е. В., Колотилова И. В. Разработка опросника для оценки степени увлеченности ролевыми компьютерными играми // Психологический журнал. 2011. Т. 32, № 6. С. 49–58.
2. Бруссард М. Искусственный интеллект: Пределы возможного / пер. с англ. М.: Альпина нон-фикшн, 2020.
3. Васюков И. Село Компьютерово и его обитатели (Законы жизни компьютерной и Интернет-культуры) [Электронный ресурс]. URL: <http://flogiston.ru> (дата обращения: 12.04.2023).
4. Войскунский А. Е., Митина О. В., Аветисова А. А. Общение и «опыт потока» в групповых Интернет-играх // Психологический журнал. 2005. Т. 17, № 5. С. 47–63.
5. Дэвис Э. Техногнозис: миф, магия и мистицизм в информационную эпоху. М.: Ультра: Культура, 2008.
6. Егорев А. Ю. Нехимические зависимости. СПб.: Речь, 2007. 190 с.
7. Корниенко Н. А. Ценности и антиценности интернета в формировании и развитии идентичности личности // Профессиональное образования в современном мире. 2012. № 4 (7). С. 115–124.
8. Короленко Ц. П., Дмитриева Н. В. Социодинамическая психиатрия. М.: Академ. проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2000. 460 с.
9. Корчажкина О. М. «Цифровое слабоумие»: расплата за стремительную цифровизацию общества // Психология обучения. 2022. № 1. С. 4–13.
10. Котова Е. В. Психологические аспекты формирования интернет-зависимости в студенческой среде // Психология обучения. 2022. № 1. С. 49–56.
11. Кулаков С. А. Практикум по клинической психологии и психотерапии подростков. СПб.: Речь, 2004. 463 с.
12. Лоскутова В. А. Интернет-зависимость как форма нехимических аддиктивных расстройств: дис. ... канд. мед. наук. Новосибирск, 2004. 107 с.
13. Материалы Первого национального конгресса по когнитивным исследованиям, искусственному интеллекту и нейроинформатике // Девятая международная конференция по когнитивной науке: сб. науч. трудов: в 2 ч. Ч. 1 (Москва, 10–16 октября 2020 г.) / отв. ред. В. Л. Ушаков, И. И. Русак. М.: НИЯУ МИФИ, 2021.
14. Мурафа С. В., Баркова Н. Н., Карпенко А. В. Векторы развития воспитательного процесса в высшей школе посредством информационно-коммуникативных технологий // Вестник МГУ. Серия 20. Педагогическое образование. 2022. № 2. С. 114–124.
15. Вся статистика интернета и соцсетей на 2021 год цифры и тренды в мире и в России [Электронный ресурс]. URL: <https://www.we-canape.u/usiness/sya-statis-tika-inteneta-i-socsete-na-2021-god-ci-fy-i-tendy-mie-i-ossii/> (дата обращения: 12.04.2023).
16. Смирнов Ф. О. Язык общения компьютерщиков: потребность в аффилиации или нечто большее? [Электронный ресурс]. URL: <http://flogiston.ru> (дата обращения: 12.04.2023).
17. Смирнова Е. О., Радева Р. Е. Компьютерная игра младшего школьника // Образование и информационная культура. Социологические аспекты / под ред. В. С. Собкина. М.: Центр социологии образования РАО, 2000. 462 с.
18. Стрельникова Л. Н. Цифровое слабоумие // Химия и жизнь XXI век. 2014. № 12.
19. Фоминова М. Место предмета МХК в современном образовании [Электронный ресурс] // Искусство. 2011. URL: <http://art.1september.ru/index.php?year=2011&num=10> (дата обращения: 12.04.2023).
20. Шайдулина А. Ф. Зависимость от компьютерных игр – одна из форм аддиктивного поведения // Сибирский вестник психиатрии и наркологии. 2003. № 3. С. 73–75.
21. Шевкин А. В. ФГОС 4.0. Если это не вредительство, то что такое вредительство? // Математика в школе. 2021. № 7. С. 3–11.

22. *Шумицер М.* Антимозг: цифровые технологии и мозг. М.: АСТ, 2014.
23. *Dill K. E. Diill J. C.* Video game violence: A review of the empirical literature // *Aggression and Violent Behav.* 1998. № 3. P. 407–428.
24. *Gedatus G. M.* Violence in the Media. Mankato: Minnesota, 2000.
25. *Goldberg I.* Internet addiction [Электронный ресурс]. URL: <http://www.psycom.net/iasg.html> (дата обращения: 12.04.2023).
26. *Lamson S. R.* Media violence has increased the murder rate // *Violence in the Media* Ñ. *Wekesser.* San Diego. CA: Greenhaven Press, 1995. P. 25–27.
27. *Orzack M.* Computer Addiction: What Is It? [Электронный ресурс]. URL: <http://www.Helth.am/psy/more/video-game-addiction/> (дата обращения: 12.04.2023).
28. *Young K.* Caught in the Net. N. Y.: John Wiley and Sons, 1996.

УДК 159.9

Косыгина Светлана Викторовна

*преподаватель кафедры психологии учебно-научного комплекса психологии
служебной деятельности, Московский университет МВД России
имени В. Я. Кикотя, sv8kos@mail.ru, г. Москва, Россия*

Козутова Анастасия Алексеевна

*курсант, Институт психологии служебной деятельности органов внутренних
дел, Московского университета МВД России имени В. Я. Кикотя,
kozutovaaa@gmail.com, г. Москва, Россия*

АКЦЕНТУАЦИЯ ХАРАКТЕРА КАК ФАКТОР, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЙ ЭФФЕКТИВНОЕ СОЦИАЛЬНОЕ ОБЩЕНИЕ

Аннотация. В статье, целью которой является изучение эффективности социального общения акцентуированных личностей, представлен теоретический анализ понятия «эффективное общение» и его взаимосвязь с акцентуациями характера. Отмечается, что от эффективности социального общения зависит успешность и реализованность человека в деятельности и социальных отношениях. Описываются результаты эмпирического исследования, позволившего установить статистически значимые взаимосвязи между отдельными акцентуациями характера и компонентами эффективного социального общения (коммуникативными установками и коммуникабельностью). Установлено, что чем выше у испытуемого демонстративность поведения и эмоциональная лабильность или энергичность и жизнерадостность, тем выше его способность находить контакт с окружающими. Также удалось установить, что существуют взаимосвязи между гипертимной и циклотимной акцентуациями характера и негативными коммуникативными установками, препятствующими эффективному социальному общению.

Ключевые слова: акцентуации характера, эффективное социальное общение, межличностное взаимодействие, коммуникативные трудности, коммуникабельность, негативные коммуникативные установки.

Kosygina Svetlana Viktorovna

Lecturer of the Department of Psychology of the Educational and Scientific Complex of the Psychology of Performance, Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia named after V. Ya. Kikotya, sv8kos@mail.ru, Moscow, Russia

Kogutova Anastasia Alekseevna

Cadet, Institute of Psychology of Performance Activities of the Internal Affairs Bodies, Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia named after V. Ya. Kikotya, kogutovaaa@gmail.com, Moscow, Russia

ACCENTUATION OF CHARACTER AS A FACTOR DETERMINING EFFECTIVE SOCIAL COMMUNICATION

Abstract. The article, the purpose of which is to study the effectiveness of social communication of accentuated personalities, presents a theoretical analysis of the concept of “effective communication” and its relationship with character accentuations. The paper notes that the success and realization of a person in activities and social relations depends on the effectiveness of social communication. The results of an empirical study are described, which made it possible to establish statistically significant relationships between individual character accentuations and the components of effective social communication (communicative attitudes and sociability). In particular, it has been established that the higher the demonstrative behavior and emotional lability or energy and cheerfulness of the subject, the higher his ability to find contact with others. It was also possible to establish that there are relationships between hyperthymic and cyclothymic character accentuations and negative communicative attitudes that impede effective social communication.

Keywords: character accentuations, effective social communication, interpersonal interaction, communication difficulties, sociability, negative communication attitudes.

Межличностное взаимодействие в современном мире приобретает огромное значение. Сложно представить жизнь человека без социального общения, в которое он ежедневно включен в процессе бытовой, учебной и профессиональной деятельности. При этом от эффективности общения зависит успешность и реализованность человека не только в самой деятельности, но и в социальных отношениях, построении доверительных и гармоничных контактов с окружающими. В связи с этим изучение индивидуальных особенностей, в том числе акцентуаций характера, выступающих как фактор, оказывающий влияние на эффективность социального общения, актуально и представляет большой интерес в контексте развития социально-психологического знания.

В психологической науке под общением понимается особый вид взаимодействия между субъектами, включающий обмен информацией (коммуникацию), организацию взаимодействия (интеракцию) и восприятие собеседников (перцепцию), порождаемый потребностью в совместной деятельности [1; 2].

По мнению Зуевой С. В., под эффективным социальным общением стоит понимать умение человека проявлять заинтересованность, непредвзято относиться к собеседнику и создавать благоприятный фон общения [2; с. 15]. Опираясь на данную точку зрения, можно сделать вывод о том, что эффективность социального общения в значительной степени определяется коммуникативностью как умением выстраивать социальные связи и конструктивно подходить к взаимодей-

ствию с окружающими и отсутствием негативных коммуникативных установок, отражающих устойчивую готовность реагировать на собеседника определенным образом.

Перечисленные компоненты эффективного социального общения тесно взаимосвязаны с индивидуальными особенностями человека, его характером. При этом выявление и изучение названных взаимосвязей целесообразно рассматривать на примере «крайних вариантах нормы, при которых отдельные черты характера чрезмерно усилены» – акцентуациях характера [3, с. 20].

Взаимосвязь между акцентуированными чертами характера и социальным общением в настоящее время зачастую рассматривается в рамках подросткового возраста (А.Г. Самохвалова, В.А. Антимонова, В.В. Тысленко), аналогичные исследования в рамках более старшего возраста недостаточно представлены и разработаны в научных трудах, исключение составляют исследования М.Р. Арпентьевой, А.Д. Банышиковой, Е.А. Коваленко.

Целью нашей работы является изучение эффективности социального общения (коммуникабельности и коммуникативных установок) акцентуированных личностей. В исследовании проверялась гипотеза о том, что наличие преобладающих в профиле личности черт акцентуаций характера обуславливает возникновение факторов, способствующих или препятствующих эффективному социальному общению.

Научное исследование проводилось на базе образовательной организации МВД России, выборку составили 80 обучающихся, из них 50 девушек и 30 юношей (средний возраст испытуемых 20-21 год). Использовались методики: «Тест Леонгарда-Шмишека», «Оценка уровня общительности» (В.Ф. Ряховский) и «Диагностика типа коммуникативной установки» (В.В. Бойко).

На первом этапе исследования были определены преобладающие в профилях личности испытуемых черты акцентуаций характера по тесту Леонгарда-Шмишека.

В исследуемой выборке в профилях личности испытуемых наиболее часто преобладающими являются черты гипертимной (30,43%) и демонстративной (21,74%) акцентуаций характера; черты эмотивной акцентуации преобладают в профиле личности 13,04% испытуемых, тревожной акцентуации – 13,04%, дистимной акцентуации – 8,7%, возбудимой акцентуации – 4,35%, экзальтированной акцентуации – 4,35%, педантичной акцентуации – 4,35%; не выражены черты застревающей и циклотимной акцентуаций характера.

Вторым этапом исследования являлась оценка уровня общительности испытуемых исследуемой выборки.

Общительность (коммуникабельность) в исследуемой выборке находится на уровне средних значений. Подавляющее большинство испытуемых достаточно общительны, заинтересованы в собеседнике, проявляют терпеливость и сдержанность в общении, при этом не склонны к времяпрепровождению в больших шумных компаниях.

На третьем этапе исследования были проанализированы коммуникативные установки испытуемых исследуемой выборки.

Средние показатели по выборке показывают присутствие у респондентов выраженных негативных установок, в основном проявляющихся в обоснованном негативизме по отношению к определенным сторонам общения.

С использованием программы IBM SPSS Statistics 23 был проведен корреляционный анализ (коэффициент корреляции Спирмена) полученных данных. В ходе корреляционного анализа были выявлены статистически значимые корреляционные зависимости между компонентами эффективного социального общения и акцентуациями характера. Так, выявлены прямые зависимости между демонстративной акцентуацией характера и коммуникабельностью ($r = 0,805$; $p\text{-level} \leq 0,05$), гипертимной акцентуацией и коммуникабельностью ($r = 0,515$; $p\text{-level} \leq 0,01$): чем выше у испытуемого проявляется демонстративность поведения и эмоциональная лабильность или энергичность и жизнерадостность, тем выше его способность находить контакт с окружающими. Обратная зависимость между дистимной акцентуацией и коммуникабельностью ($r = -0,466$; $p\text{-level} \leq 0,01$): чем сильнее у испытуемого выражено подавленное настроение, сосредоточенность на негативных сторонах жизни, тем ниже уровень его общительности. Также были выявлены зависимости между акцентуациями характера и негативными коммуникативными установками: между гипертимной акцентуацией характера и завуалированной жестокостью по отношению к людям, в суждениях о них ($r=0,465$; $p\text{-level} \leq 0,01$); между циклотимной акцентуацией характера (переменчивостью эмоционального состояния) и негативным личным опытом общения с окружающими ($r = 0,574$; $p\text{-level} \leq 0,05$).

Полученные в ходе исследования результаты подтверждают, что акцентуация характера может выступать как фактор, который непосредственно влияет на эффективность социального общения.

Проблема взаимосвязи индивидуальных особенностей личности и социального общения не теряет актуальности и нуждается в дальнейшем изучении. Учет индивидуальных особенностей личности, в том числе акцентуации характера, в контексте межличностного взаимодействия позволит повысить эффективность социального общения и преодолеть влияние негативных коммуникативных установок.

Список литературы

1. Гусева Д. И. «Коммуникация» и «Общение»: соотношение понятий // Вестник науки и образования. 2019. № 20-2 (74). С. 84–87.
2. Зуева С. В. Эффективность речевого взаимодействия: курс лекций / сост. С. В. Зуева. Ульяновск: УВАУ ГА, 2008. 67 с.
3. Леонгард К. Акцентуированные личности / пер. с нем. В. М. Лещинская. Ростов н/Д: Феникс, 2000. 544 с.
4. Личко Е. А. Психопатии и акцентуации характера у подростков. СПб.: Питер, 2016. 230 с.
5. Лунева О. В. Общение // Знание. Понимание. Умение. 2005. № 4. С. 157–159.

6. *Паршукова Л. П., Выбойщик И. В.* Акцентуации характера: учеб. пособие. 2-е изд., испр. и доп. Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2007. 84 с.

7. *Самохвалова А. Г.* Акцентуации характера как фактор затрудненного общения подростков // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. 2013. С. 47–53.

УДК 159.91

Кочергина Диана Владимировна

*студентка 4 курса, направление «Психология», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
alexandrenko.diana@yandex.ru, г. Новосибирск, Россия*

ТИП ТЕМПЕРАМЕНТА И СТЕПЕНЬ ВЫРАЖЕННОСТИ МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТ

Аннотация. В работе подробно аналитически изучаются вопросы касательно формирования темперамента, механизмов психологической защиты, а также личностных особенностей женщин в возрасте 25–35 лет. Помимо этого, проанализированы данные, полученные в результате эмпирического исследования взаимосвязи темперамента и механизмов психологической защиты среди женщин 25–35 лет, результаты включены в статью. В результате аналитической обработки выявлена следующая закономерность: каждый тип темперамента характеризуется преобладающими механизмами психологической защиты. В спектре психологических защит у женщин холерического темперамента доминирует механизм «интеллектуализация», а такая защита, как «отрицание» находится на периферии, то есть имеет наименьшую частоту встречаемости у женщин-сангвиников. Доминантным механизмом среди меланхоликов является «реактивное образование».

Ключевые слова: темперамент, психологическая защита, женщины, семья, родительство, карьера, дисперсионный анализ.

Kochergina Diana Vladimirovna

4th year Student, direction "Psychology", Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, alexandrenko.diana@yandex.ru, Novosibirsk, Russia

THE TYPE OF TEMPERAMENT AND THE DEGREE OF SEVERITY OF THE MACHANISMS OF PSYCHOLOGICAL DEFENSES

Abstract. In the work we see an analytical study of the formation of temperament, mechanisms of psychological protection, as well as personal characteristics of women aged 25–35 years. In addition, the data obtained as a result of an empirical study of the relationship between temperament and psychological defense mechanisms among women aged 25–35 were analyzed and the results are included in the article. As a result of analytical processing, the following pattern was revealed: each type of temperament is characterized by prevailing mechanisms of psychological defense. The spectrum of psychological defenses in women of choleric temperament is dominated by the mechanism of "intellectualization". And such a defense as "denial" is on the periphery, that is, it has the lowest frequency of occurrence in sanguine women. The dominant mechanism among melancholics is reactive education.

Keywords: temperament, psychological protection, women, family, parenthood, career, analysis of variance.

Актуальность данной исследовательской работы определена современными тенденциями, происходящими в обществе. Урбанизация, идущая семимильными шагами, а вслед за ней изменившейся традиционный уклад жизни как человека, так и целой семьи. Необходимость выдерживать неопределенность, развивать в себе толерантность, навыки экологичного, конструктивного взаимодействия с другими людьми и собой, все это делает современное понимание темперамента и механизмов психологической защиты актуальной и действительно важным психологическим направлением. Женщины 25-35 лет сталкиваются с различными эмоционально насыщенными событиями: рождение детей, замужество, построение карьеры и достижение финансовой независимости. Это приводит к усилению внутреннего напряжения и как следствие возникающим конфликтам.

В данной статье, мы вслед за Г. Айзенком под темпераментом понимаем «определенный набор врожденных и наследственных детерминант, определяющих то, как человек воспринимает мир и обращается с ним».

Темперамент характеризует набор ментальных тенденций, связанных с тем, как кто-то воспринимает, анализирует и принимает ежедневные решения. Она отражает уникальность и интенсивность психических аффектов, а также доминирующую структуру настроения и мотивации у каждого человека.

На стыке XIX и XX веков, знаменитый отечественный ученый, нобелевский лауреат, И.П. Павлов выделил три качества нервной системы, по которым можно описать её работу: сила, уравновешенность и подвижность. Таким образом определив 4 типа темперамента.

Таким образом, мы можем сделать вывод, о том, что темперамент-это сугубо врожденная особенность, которую невозможно изменить, но можно при знании человеком своих сильных и слабых сторон, значительно улучшить качество своей жизни.

Механизмы защиты были впервые описаны в 1874 году Зигмундом Фрейдом, который определил стратегии, которые мы используем, чтобы защитить себя от страданий.

Механизмы психологической защиты есть базовая составляющая человеческой способности осуществлять эмоциональный гомеостаз. Без этого сознательный разум был бы менее толерантен к отрицательным эмоциональным воздействиям, таким как беспокойство и печаль, потеря, страх. Если проследить интеллектуальное развитие человека через призму эволюционного процесса становится понятно, что разум является мощным катализатором эмоций. Механизмы психологической защиты необходимы для нивелирования нежелательных эмоции, таким образом, поддерживая и формируя более комфортное психическое здоровье. Из этого проистекает вывод, что эволюция, наградившая человека с одной стороны более развитым интеллектом, с другой стороны детерминировала наличие побочного продукта мыслительного процесса: усиление страха и тревоги, печали и депрессии. А это в свою очередь способствует развитию механизмов психологической защиты, необходимых для нейтрализации этих состояний. Эта функция защитных механизмов, угнетающая эмоции, привносит адаптивную ценность по-

мимо сдерживания и перенаправления тревожных импульсов и побуждений. Таким образом, защиты часто проявляется бессознательно и автоматически у каждого человека.

Самооценка, восстановление внутреннего комфортного состояния, уход от неприятных эмоций – вот те цели, которые преследует психологическая защита, включаясь бессознательно.

Р. Плутчик считал, что «в процессе взросления каждый индивид сталкивается с большим разнообразием ситуаций, вызывающих эмоциональные состояния, выражения которых чреваты дальнейшим конфликтом и дополнительной опасностью. В результате ребенок развивает защитные стратегии, представляющие из себя косвенные пути переживания эмоционального конфликта и совладения с ним».

В когнитивно-поведенческой психотерапии, в настоящее время одним из передовых направлений психологии, считается, что большинство механизмов психологической защиты проистекают из базовых шаблонов диссоциации и когнитивных искажений. Что будет доминирующим и составлять основной арсенал конкретного человека зависит от ряда факторов включая генетику, моделирование, идентификацию и интроекцию, уровень зрелости и подверженность стрессу.

Опираясь на работы американского психиатра, специализирующегося на изучении данного вопроса Джорджа Эман Вайянта, психологические защиты классифицируют и дифференцируют на достаточно зрелые, промежуточные или невротические, и незрелые. Такая систематизация базируется на том, насколько пластична данная защита и какой эффект от ее реализации происходит. То есть насколько конструктивны последствия ее проявления для окружающих и самого человека. Также значимым является возраст человека.

Так как исследуемыми выбраны женщины возраста 25-35 лет необходимо остановиться на данном жизненном этапе поподробнее. Трансформация внутреннего мира человека, «рост» его личности неразрывно идет с бытием. Из научных рассуждений Б. Г. Ананьева, можно сделать вывод, что человеческое бытие имеет определенные вехи, которые зависят от деятельности человека, складывающейся системы ценностей, человеческих отношений. Для каждого возрастного периода характерна своя задача, которая ставится перед индивидом. Безусловно можно найти много общего у разных людей, принадлежащих одной социальной группе. Первостепенной задачей в период взрослой жизни все-таки большинство ученых и практиков считают достижение зрелости.

Для выявления взаимосвязи между типом темперамента и механизмами психологической защиты среди женщин 25-35 лет мы провели исследование.

Объект исследования: темперамент

Предмет исследования: механизмы психологической защиты у женщин в возрасте 25-35 лет.

Цель исследования: выявление взаимосвязи темперамента и механизмов психологической защиты.

Исходя из цели исследования, были выделены следующие задачи:

1) изучить современное психологическое понимание темперамента;

2) исследовать механизмы психологических защит

3) провести психологический анализ женщин 25-35 лет

4) организовать и провести эмпирическое исследование взаимосвязи темперамента и механизмов психологической защиты у женщин в возрасте 25-35 лет

В качестве гипотезы было рассмотрено предположение, что существует взаимосвязь темперамента и механизмов психологической защиты у женщин в возрасте 25-35 лет.

Эмпирическое исследование проводилось на базе стоматологической клиники «СибДент» (Новосибирск, ул. Кошурникова, 8). В исследовании принимали участие 100 женщин в возрасте 25-35 лет (пациентки и персонал клиники), имеющих различный социальный статус (14 студентки, 68 работающих в различных сферах, 18 домохозяйки) и различное семейное положение (68 замужем и 32 не замужем).

С целью изучения взаимосвязи между темпераментом и механизмами психологических защит у женщин 25-35 лет было проведено исследование, состоящее из трех этапов.

Первый этап предполагал подбор методик с последующей диагностикой. С целью исследования темперамента были использованы «Личностный опросник ЕРІ» (Г. Айзенк) и «Методика преобладающего темперамента» (А.Белова). Для изучения механизмов психологической защиты применялась методика «Диагностика типологий психологической защиты» Келлермана-Плутчика (Р. Плутчик в адаптации Л.И. Вассермана, О.Ф. Ерышева, Е.Б. Клубовой и др.).

На втором этапе проводилось изучение взаимосвязи между темпераментом и механизмами психологических защит у женщин 25-35 лет с использованием средств описательной статистики, графического и табличного материала.

На третьем этапе осуществлялась интерпретация полученных данных, формулировались выводы.

Результаты по «Личностному опроснику ЕРІ» (Г. Айзенк) свидетельствуют о том, что для части исследуемых женщин характерен меланхолический тип темперамента (19%). 25% женщин показали флегматический тип темперамента. Примерно столько же с холерическим типом темперамента (25%). Сангвинический тип темперамента (31%).

Аналогичные результаты были получены по методике «Определение преобладающего темперамента» (А. Белов).

Далее проводилось изучение механизмов психологической защиты при помощи методики «Диагностика типологий психологической защиты» Келлермана-Плутчика (Р. Плутчик в адаптации Л. И.).

Результаты исследования механизмов психологической защиты в зависимости от типа темперамента приведены на рисунке.

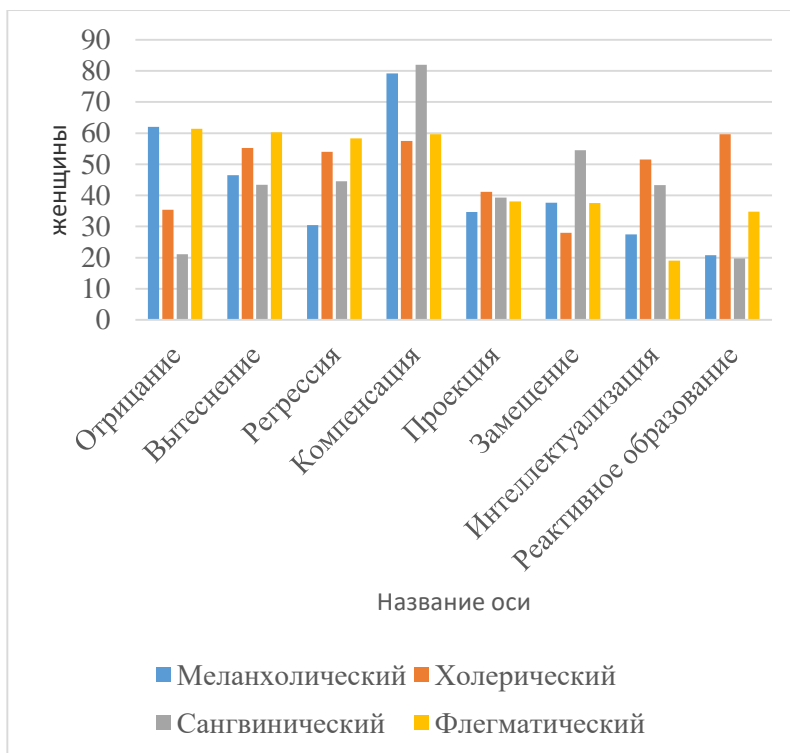


Рис. Усредненный профиль механизмов психологической защиты в зависимости от типа темперамента

В результате анализа было зафиксировано, что у женщин с различными типами темперамента зафиксированы доминирующие и наименее выраженные механизмы психологической защиты.

С целью проверки гипотезы и установления характера взаимосвязи темперамента с механизмами психологической защиты у женщин в возрасте 25-35 лет, было проведено корреляционное исследование. Для выявления взаимосвязи использовался коэффициент ранговой корреляции, критерий R – Спирмена.

В результате проведения корреляционного анализа взаимосвязи механизмов психологической защиты и темперамента, определенного по 2 методикам, были обнаружены непротиворечивые итоги: 4 значимых взаимосвязи, из них две прямо пропорциональные и две обратно пропорциональные. Установлено, что одна взаимосвязь на уровне значимости ($p \leq 0,01$), две взаимосвязи на уровне значимости ($p \leq 0,05$) и две на уровне значимости ($p \leq 0,001$).

1) между параметрами «Холерический тип» и «Интеллектуализация» ($r_s = 0,282$, $r_s = 0,284$ при $p = 0,01$) на среднем уровне значимости. Это свидетельствует о том, что выявлена прямая зависимость: у женщин с холерическим типом темперамента среди преобладающих видов психологических защит «интеллектуализация». Холерики отличаются выраженной экстравертностью и нейротизмом. Склонность к решительности, лидерству, энергичности заставляет деятельно под-

ходит к трудностям. А так как холерики хотят поддерживать свой позитивный образ им необходимы разумные объяснения возникающим сложностям.

2) между параметрами «Меланхолический тип» и «Реактивное образование» ($r_s = 0,348$, $r_s=0,352$ при $p = 0,001$) на высоком уровне значимости. Это говорит о том, что выявлена прямая зависимость: женщины меланхолического типа темперамента в качестве доминирующего механизма психологической защиты используют «реактивное образование».

Меланхолический темперамент характеризуется выраженной интровертностью и нейротизмом. Склонность к рассуждениям и анализу, погруженность в собственный внутренний мир, низкая степень активности вероятно способствуют превалированию «реактивного образования» среди механизмов защиты. Это может быть объяснено «общественным табу» на негативные эмоции, такие как злость, гнев, раздражение. Особенность гендерных различий в воспитании женщин и мужчин «заставляет» девушек стараться подавить их, трансформируя во что-то более социально одобряемое.

3) между параметрами «Сангвинический тип» и «Отрицание» ($r_s = -0,507$, $r_s=-0,509$ при $p = 0,001$) на высоком уровне значимости. В данном случае выявлена обратная взаимосвязь: женщины с сангвиническим типом темперамента меньше всего в процессе взаимодействия с окружающими, снижения собственной тревоги используют механизм психологической защиты «отрицание».

Данная взаимосвязь обусловлена особенностью психической организации сангвинического темперамента. Живой, коммуникабельный, энергичный, решительный, «Отрицание» – не свойственный для него механизм защиты, который отличается скорее пассивностью. Для деятельного сангвиника скорее важны действие, чем не замечание проблемы.

4) между параметрами «Холерический тип» и «Замещение» ($r_s = -0,232$, $r_s=-0,243$ при $p = 0,05$) на низком уровне значимости. Данный результат имеет низкий уровень значимости. Поэтому не подтверждается предположение, что женщины с холерическим типом темперамента меньше используют механизм психологической защиты «Замещение». Данный темперамент характеризуется энергичность, эмоциональной нестабильностью, поэтому осознанность запаздывает за быстрой реакцией.

Что делает «Замещение» скорее одним из возможных доминирующих механизмов защиты для женщин холерического темперамента.

Анализ результатов исследования при помощи «Личностного опросника ЕРІ» (Г. Айзенк) и методики «Определение преобладающего темперамента» (А. Белов) свидетельствуют о том, что для 20% исследуемых женщин характерен меланхолический тип темперамента. Примерно 25% столько же женщин показали флегматический и холерический типы темперамента. Больше всего в исследуемой группе зафиксировано женщин с сангвиническим типом темперамента (31%).

Анализ результатов исследования по методике «Диагностика типологий психологической защиты» показал, что в исследуемой группе женщин 25-35 лет наблюдается выявление доминирующих и периферийных механизмов психологи-

ческой защиты среди женщин. В результате корреляционного анализа результатов было зафиксировано, что у женщин с холерическим типом темперамента в списке превалирующих механизмов психологической защиты находится «интеллектуализация». Это во многом является следствием их психической организации. Выраженная экстравертированность и нейротизм способствует энергичности, склонности к лидерству, жажде признания и поддержания своей самооценки на высоком уровне. «Разумные» доводы в ответ на возникающие трудности не нарушают внутреннюю картину. Для женщин с меланхолическим типом темперамента таким механизмом является «реактивное образование». Высокий уровень нейротизма и низкий экстраверсии смещает фокус внимания меланхолика в сторону размышлений о своем внутреннем мире. Поэтому трансформация «негативных» сторон в сторону гиперкомпенсации может стать способом поддерживать самооценку на достаточном уровне. Также была обнаружена обратно пропорциональная взаимосвязь: женщины с сангвиническим типом темперамента практически не используют такой механизм, как «отрицание».

Умеренный уровень экстраверсии и нейротизма делает сангвиника энергичным, коммуникабельным. Поэтому в качестве механизма защиты для поддержания внутреннего гомеостаза они используют защиты, сопряженные как с внутренней, так и с внешней деятельностью. Практическая значимость работы заключается в том, что полученные результаты могут стать основой разработки программы коррекции механизмов психологической защиты у женщин 25-35 лет с учетом темперамента. Кроме этого, анализ данной возрастной группы женщин может быть полезен в психологическом просвещении специалистов помогающих профессий, для выработки навыков конструктивного общения, разрешения конфликтных ситуаций и снижения эмоционального выгорания.

Список литературы

1. *Ананьев Б. Г.* Человек как предмет познания. СПб.: Питер, 2007. 338 с.
2. *Перевозкин С. Б., Ретина Г. В.* Особенности взаимосвязи темперамента с механизмами психологических защит у студентов заочного обучения в зависимости от пола // СМАЛЬТА. 2019. № 1. С. 55–61.
3. *Романова Е. С., Гребенников Л. Р.* Механизмы психологической защиты. Генезис. Функционирование. Диагностика [Электронный ресурс]. URL: <http://www.twirpx.com/file/59380/> (дата обращения: 18.04.2021).
4. *Степанов В. А.* Темперамент, характер, способности. Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2005. 64 с.
5. *Субботский Е. В.* Исследование проблем взаимопомощи и альтруизма в зарубежной психологии // Вопросы психологии. 2005. № 1 (18). С. 159.
6. *Фрейд А.* Психология «Я» и защитные механизмы. М.: Инфра-М, 2013. 144 с.
7. *Эриксон, Э.* Детство и общество. 2-е изд. СПб.: Ленато, 2006. 592 с.
8. *Buss A., Plomin R.* Temperament theory of personality development. N. Y.: Wiley-Interscience, 1975. 256 p.
9. *Chess S., Thomas A.* Interaction of temperament and environment in the production of behavioral disturbances in children [Электронный ресурс]. URL: <https://ajp.psychiatryonline.org/doi/10.1176/ajp.120.2.142> (дата обращения: 18.04.2021).

10. *Cloninger R. C., Igor Z.* What is the natural measurement unit of temperament: single traits or profiles? // *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*. 2018. Vol. 19. P. 373 (1744).
11. *Rutter H. G. Birch* // *American Journal of Psychiatry*. 1963. P. 142–148.
12. *Vaillant G. E.* Ego mechanisms of defense and personality psychopathology // *Journal of Abnormal Psychology*. 2021. Vol. 103 (1). P. 44–50. DOI: <https://doi.org/10.1037//0021-843x.103.1.44>.

Научный руководитель – *Л. А. Юшкова*,
канд. психол. наук, доцент кафедры общей психологии
и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

УДК 159.9

Кривощеков Михаил Анатольевич

студент 2 курса магистратуры, специальность «Психолого-педагогическое образование», магистерская программа «Девиянтология», факультет психологии, Новосибирский государственный педагогический университет, sirin1985@mail.ru, г. Новосибирск, Россия

Шубина Светлана Михайловна

студентка 5 курса, направление «Психология», факультет психологии, Новосибирский государственный педагогический университет, г. Новосибирск, Россия

**ВЛИЯНИЕ ВРЕМЕНИ, ПРОВЕДЕННОГО ПОДРОСТКАМИ
В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ, НА ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ**

Аннотация. В статье рассматривается влияние социальных сетей на подростков. Авторы приводят результаты исследования, которое показывает, что среднесуточное экранное время отрицательно влияет на психофизиологические показатели подростков.

Ключевые слова: среднесуточное экранное время, социальные сети, тревога, ригидность, фрустрация, индекс тревоги Тейлор.

Krivoshchekov Mikhail Anatolyevich

2nd year Master's student, specialty "Psychological and pedagogical education", Master's program "Deviantology", Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, sirin1985@mail.ru, Novosibirsk, Russia

Shubina Svetlana Mikhailovna

5th year Student, direction "Psychology", Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia

**THE INFLUENCE OF TIME SPENT BY TEENAGERS IN SOCIAL
NETWORKS ON PSYCHOLOGICAL INDICATORS**

Abstract. This article examines the impact of social networks on teenagers. The authors cite the results of a study that shows that the average daily screen time negatively affects the psychophysiological indicators of adolescents.

Keywords: average daily screen time, social networks, anxiety, rigidity, frustration, Taylor anxiety index.

Проблема изучения влияния социальных сетей на психоэмоциональную сферу связана с реактивным ростом их пользователей.

Индийские психиатры, а вслед за ними и их китайские коллеги, начали бить тревогу, по причине увеличения психических заболеваний, предположительно связанных с вовлеченностью пациента в активное использование социальных сетей. Были проведены ряд исследований, которые показали взаимосвязь между использованием социальных сетей и психическим здоровьем.

Y.J. Xuan и M.A.C. Amat провели метаанализ статей в период с 2010 по 2020г, в результате которого был сделан вывод о том, что зависимость от социальных сетей опосредует появление проблем с психическим здоровьем [1]. Исследование, проведенное С. Liu и J. Ma, которые показали, что зависимость от социальных сетей и тревожность выступают предикторами синдрома эмоционального выгорания, основным симптомом которого выступает деперсонализация [2].

В.А. Розанов и А.С. Рахимкулова отмечают у активных пользователей социальных сетей повышенные средние показатели по шкалам «Депрессия» и «Тревога» чаще, чем у менее активных пользователей. Чрезмерное увеличение среднесуточного экранного времени, которое человек проводит в социальных сетях, влечет за собой повышенную склонность к появлению симптомов депрессии и тревоги [3].

Материал и методы исследования.

Базой исследования выступили Муниципальное бюджетное учреждение «Шебалинская средняя общеобразовательная школа им. Л. В. Кокышева», Муниципальное Общеобразовательное Учреждение «Турочакская средняя общеобразовательная школа имени героя Советского Союза Якова Илларионовича Баляева».

Чтобы подтвердить или опровергнуть влияние социальных сетей на подростков, мы провели исследование, в котором участвовали 85 человек в возрасте от 15 до 18 лет, из них 61 женского пола и 24 мужского пола. Были выделены две группы: в 1 группе подростки проводили в сетях меньше 4-х часов в сутки, во 2 группе – более 4 часов в сутки. Психодиагностика проводилась по методикам: Шкала депрессии Бека, Личностная шкала проявления тревоги Тейлор (в адаптации Немчинова), «Самооценка психических состояний личности» для подросткового возраста Г. Айзенка в интерпретации Зикеева О.В.

Результаты.

Проведено сравнение полученных психологических показателей у подростков 1 и 2 группы. Данные были обработаны при помощи непараметрического критерия сравнения двух независимых групп U-Манна-Уитни. Результаты приведены в табл. 1.

Таблица 1

Результаты сравнения психологических показателей у подростков 1 и 2 группы (применение непараметрического критерия сравнения двух независимых групп U-Манна-Уитни)

Параметры	Ср. знач. (1 группа)	Ср. знач. (2 группа)	U	Ур. знач. (p)
Тревожность	4,8	6,8	579,5	0,004
Агрессия	4	5,2	663,5	0,034
Фрустрация	5,4	8,2	575,5	0,04
Ригидность	5,8	7,1	661	0,033
Индекс тревоги Тейлор	16	22	624,5	0,015
Индекс депрессии Бека	6,9	10,7	687	0,58

Используя частотный анализ, мы подсчитали количество людей в двух группах, которые показали завышенные показатели по шкалам «Тревожность», «Агрессия», «Фрустрация», «Ригидность» и «Индекс тревоги Тейлор». Так же нас интересовал 11 вопрос в Шкале депрессии Бека, который указывал на возможность самоповреждающего поведения.

В результате были получены следующие данные (табл. 2):

Таблица 2

Результаты применения частотного анализа в группах (1 группа – 41 чел., 2 группа – 44 чел.)

		низкий	средний	высокий
1 группа	Тейлор	22	14	5
2 группа		16	16	15
1 группа	Ригидность	10	23	8
2 группа		9	23	13
1 группа	Тревога	25	12	4
2 группа		18	18	9
1 группа	Агрессия	25	12	4
2 группа		18	13	14
1 группа	Фрустрация	24	16	1
2 группа		18	23	9
1 группа	Самоповреждающее поведение	34	4	3
2 группа		29	11	5

Эти же данные представлены в виде графика, который наглядно демонстрирует неблагоприятную ситуацию по психоэмоциональным показателям у подростков, которые проводят в сети более 4 часов в сутки. С увеличением среднего суточного экранного времени среди подростков существенно увеличиваются показатели по шкалам «Шкала тревоги Тейлора», «Ригидность», «Тревога», «Агрессия», «Фрустрация» и «Самоповреждающее поведение».

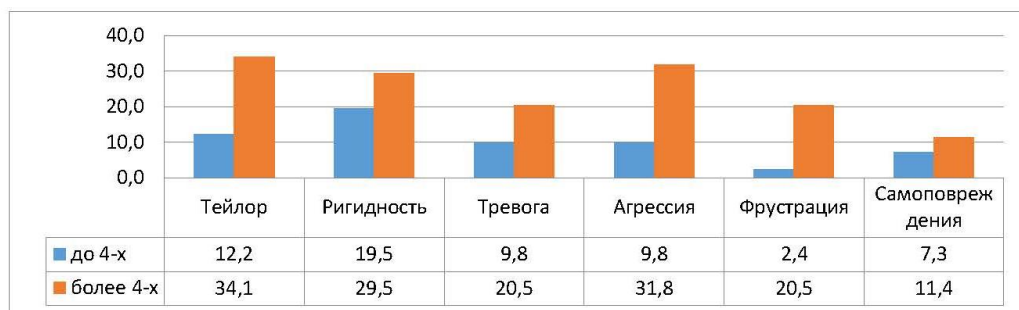


Рис. Показатель в процентах по количеству людей набравших высокие параметры по шкалам «Шкала тревоги Тейлора», «Ригидность», «Тревога», «Агрессия», «Фрустрация», «Самоповреждающее поведение» у 1 и 2 групп, по среднесуточному экранному времени, проведенному в социальных сетях

Заключение. Проведенное исследование показывает, что время, проведенное в сети, неблагоприятно влияет на психоэмоциональную сферу подростков, вызывая повышение таких социально значимых эмоций, как агрессия, ригидность, тревога, фрустрация, а также увеличивает тенденцию к самоповреждающему поведению. Возможно, это связано с просмотром нежелательных контентов, что отследить не представляется возможным. Вероятно также неблагоприятное влияние малой физической активности и нездорового образа жизни.

Список литературы

1. Розанов В. А., Рахимкулова А. С. Социальные сети и их влияние на психологическое благополучие личности // Психологическое благополучие и психосоциальный стресс / под ред. В. А. Розанова. Одесса: Феникс, 2017. С. 185–206.
2. Liu C., Ma J. Social media addiction and burnout: the mediating roles of envy and social media use anxiety // Current Psychology. 2020. Vol. 39, no. 6. P. 1883–1891.
3. Xuan Y. J., Amat M. A. C. Social media addiction and young people: a systematic review of literature // Journal of Critical Reviews. 2020. Vol. 7, no. 13. P. 537–541.

УДК 159.91

Кузнецова Анжелика Александровна

студентка, направление «Психология», профиль «Психологическое консультирование и психология личности», Новосибирский государственный университет экономики и управления, lika.kuznetsova14@gmail.com, Новосибирск, Россия

СТРЕССЫ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЖУРНАЛИСТА

Аннотация. В статье рассматриваются психологические стрессы, с которыми сталкиваются журналисты, а также предлагаются меры профилактики и управления эмоциональным выгоранием. Автор обращает внимание на давление времени, работу в экстремальных условиях, требования к точности и объективности, а также эмоциональное воздействие работы с травматическими собы-

тиями. В заключении подчеркивается важность понимания и осознания этих стрессовых факторов для эффективного управления стрессом и поддержки психологического благополучия журналистов.

Ключевые слова: журналисты, стресс, синдром эмоционального выгорания, симптомы эмоционального выгорания, психическое здоровье.

Kuznetsova Anzhelika Aleksandrovna

Student, direction "Psychology", profile "Psychological counseling and personality psychology", Novosibirsk State University of Economics and Management, lika.kuznetsova14@gmail.com, Novosibirsk, Russia

STRESSES OF THE PROFESSIONAL JOURNALISM

Abstract. The article discusses the psychological stresses that journalists face and suggests preventive measures and strategies for managing emotional burnout. The author highlights time pressure, working in extreme conditions, demands for accuracy and objectivity, as well as the emotional impact of dealing with traumatic events. In conclusion, the importance of understanding and acknowledging these stress factors is emphasized for effective stress management and the support of journalists' psychological well-being.

Keywords: journalists, stress, emotional burnout syndrome, symptoms of emotional burnout, mental health.

Журналисты – представители одной из немногих профессий, долг которых заставляет не избегать опасностей, а бежать им навстречу, вопреки инстинкту самосохранения.

Когда репортеры освещают эпидемии, катастрофы, кризисы, трагедии, и работают с пострадавшими, перед ними стоит сложная задача: не нанести дополнительной травмы жертвам, у которых они берут интервью, и, в то же время, позаботиться о собственном психическом здоровье [2].

Общаясь с пострадавшими от природных катаклизмов или актов насилия, журналист, как и психотерапевт, часто оказывается в роли свидетеля, а, порой, испытывает почти тот же ужас, ярость и отчаяние, что и жертва. Более того, с психологической точки зрения журналист рискует получить травму трижды, так как журналист оказывается одновременно на трех позициях:

- 1) свидетеля или даже участника трагического события;
- 2) того, кто активно взаимодействует с пострадавшими, будь то раненые во время катастрофы, страдающие от смертельных болезней или члены их семей;
- 3) «посредника», медиатора, который должен не только воспринять и запомнить, но и суметь передать информацию, донести свой рассказ о происшествии или явлении до широкой общественности.

Журналистам нужно работать с людьми, необходимо уметь раскрыть человека, все истории пропускаются через себя. Здесь есть тонкая грань, нельзя отгородиться стеной цинизма и при этом принимать всё слишком близко к сердцу [6].

Основные стрессы, с которыми сталкиваются журналисты:

Давление времени и постоянные дедлайны. Отсутствие достаточного времени для подготовки материала может негативно сказываться на качестве работы и приводить к чувству неудовлетворенности.

Работа в экстремальных условиях. Журналисты, особенно те, кто занимается военной или репортажной журналистикой, могут оказаться в опасных или конфликтных зонах. Необходимость быстрого реагирования и подачи новостей из экстремальных условий требует высокой концентрации и вызывает эмоциональное напряжение.

Требования к точности и объективности. Репортерам часто приходится работать с чувствительной информацией и делать сложные решения о том, что публиковать, а что нет. Постоянное стремление к точности и объективности может вызывать стресс и тревогу из-за возможных ошибок или искажений информации.

Работа с травматическими событиями. Респонденты иногда вынуждены свидетельствовать о травматических событиях, таких как катастрофы, преступления или войны. Это может вызывать посттравматический стрессовый синдром и негативно сказываться на психологическом и эмоциональном благополучии журналистов.

Повышенный риск выгорания. Журналисты, постоянно находящиеся под стрессом, подвержены повышенному риску выгорания [3].

Как журналисту распознать эмоциональное выгорание и справиться со стрессом?

Синдром эмоционального выгорания – процесс постепенной потери эмоциональной энергии, снижение удовлетворения от выполняемой работы. Это состояние психического и физического истощения, возникающего при работе в результате постоянного взаимодействия с людьми, сопровождающегося эмоциональной насыщенностью и когнитивной сложностью [3].

Общие симптомы:

1. Эмоциональное истощение и постоянное чувство усталости. Не осталось ни физических, ни эмоциональных сил.
2. Отсутствие энтузиазма, отстранённость, пренебрежительное отношение к работе. Когда вы закончили учёбу или пришли на новое место работы, хочется сделать что-то великое, спасти мир, а потом происходит спад энтузиазма.
3. Снижение эффективности и отсутствие чувства достижений. Возникает ощущение, что чтобы вы ни сделали, всё уходит в песок. Вы стараетесь, вкладываете эмоции, но ничего не можете изменить. Ощущение, что ваша работа не имеет смысла.

Любой стресс, любая травма происходит на всех уровнях – физиологическом, эмоциональном, когнитивном, изменение на уровне личности, изменение на уровне социума. Это могут быть какие-то мышечные зажимы, неприятные эмоции, забывчивость, неусидчивость, рассеянность и другое.

Выделим факторы, приводящие к множеству психологических проблем в работе современного журналиста:

- эмоциональные перегрузки в процессе коммуникации с другими людьми;
- ответственность перед обществом;
- ненормированный график работы;
- необходимость обработки и запоминания больших объёмов информации;

– сильно ограниченные временные рамки для выполнения своих профессиональных обязанностей;

– чрезмерная многозадачность в работе;

– конкуренция в профессии [5].

Чтобы не допустить появления синдрома эмоционального выгорания в журналистике важны меры профилактики. Психическое здоровье предполагает состояние полного душевного равновесия, умение владеть собой, способность быстро приспосабливаться к сложным ситуациям и их преодолевать, в короткое время восстанавливать душевное равновесие необходимо экономно использовать свой эмоциональный и энергетический ресурс [7]. Быть оптимистом и игнорировать мрачные стороны жизни, позитивно оценивать события и ситуации [1].

Избавиться от состояния эмоционального выгорания можно, не меняя профессию. Для этого журналисту необходимо:

– переключиться на производство других журналистских материалов (например, с информационного направления перейти на развлекательное);

– предлагать и реализовывать свои творческие проекты;

– непрерывно развиваться в профессиональном плане;

– учиться подавать повторяющуюся из года в год информацию под другим углом;

– смена обстановки (отгулы, отпуск, посвятить время развлечениям, хобби) [4].

В заключение, журналистская профессия представляет собой сложную и стрессовую сферу деятельности. Постоянное давление времени, работа в экстремальных условиях, требования к точности и объективности, а также работа с травматическими событиями оказывают негативное влияние на работу и здоровье журналистов. Понимание и осознание этих стрессовых факторов могут помочь разработать соответствующие стратегии для эффективного управления стрессом и поддержки психологического благополучия журналистов.

Список литературы

1. *Апполонова Л. П.* Изучение профессиональных деформаций среди журналистов // Журналистика в 2007 году: СМИ в условиях глобальной трансформации социальной среды: материалы конференции. М., 2008. С. 331.

2. *Вербицкая Ю. А.* Творчество на грани невроза: стрессогенные аспекты профессии журналиста // Человек как субъект и объект медиапсихологии. М., 2011. С. 392–436.

3. *Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С.* Синдром выгорания. Диагностика и профилактика: практическое пособие. 3-е изд., испр. и доп. М.: Юрайт, 2017. 343 с.

4. Как журналистам избежать психической травмы [Электронный ресурс]. URL: <https://gijn.org/2020/03/24/kak-zhurnalistu-izbezhat-psiicheskoy-travmy/> (дата обращения: 19.05.2023).

5. Психологические проблемы в профессиональной деятельности регионального журналиста. Синдром эмоционального выгорания [Электронный ресурс]. URL: <https://moluch.ru/archive/337/75481/> (дата обращения: 19.05.2023).

6. Стресс и эмоциональное выгорание у журналистов: как помочь себе и коллеге? [Электронный ресурс]. URL: <https://newreporter.org/2020/09/17/stress-i-emocionalnoe-vygoranie-u-zhurnalistov-kak-pomoch-sebe-i-kollege/> (дата обращения: 19.05.2023).

7. Чухрова М. Г., Пронин С. В., Малкина Н. А., Шешенин В. С. Некоторые нейрофизиологические механизмы синдрома эмоционального выгорания. Наука и социум: материалы 13 Всероссийской науч.-практ. конференции с междунар. участием (3 февраля 2020 г.) / отв.ред. Е. Л. Сорокина. Новосибирск: Изд-во АНО ДПО «СИППИСР», 2020. С. 120–126.

Научный руководитель – М. Г. Чухрова,
д-р мед. наук, проф. кафедры психологии, педагогики и правоведения,
Новосибирский государственный университет экономики и управления

УДК 316.6

Ластовец Юлия Александровна

*студентка 2 курса, направление «Психология», профиль «Социальная психология»,
Новосибирский технологический институт (филиал)
Российского государственного университета им. А. Н. Косыгина,
lastovets2003@mail.ru, г. Новосибирск, Россия*

ВЗАИМОСВЯЗЬ СОЦИАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И АДАПТАЦИИ ЛИЧНОСТИ

Аннотация. Содержание статьи ориентировано на изучение проблемы адаптации личности, связанной с социальным интеллектом. Рассматривается понятие социального интеллекта человека, адаптации личности и их взаимосвязь.

Ключевые слова: социальный интеллект, адаптация личности, взаимодействие.

Lastovets Julia Alexandrovna

*2nd year Student, direction “Psychology”, profile “Social Psychology”,
Novosibirsk Institute of Technology (branch) of the Kosygin Russian State University,
lastovets2003@mail.ru, Novosibirsk, Russia*

THE RELATIONSHIP OF SOCIAL INTELLIGENCE AND PERSONALITY ADAPTATION

Abstract. The content of the article is focused on studying the problem of personality adaptation associated with social intelligence. The concept of human social intelligence, as well as personality adaptation, and their relationship are considered.

Keywords: social intelligence, personality adaptation, interaction.

С целью эффективного формирования, развития, а также осуществлении личности, необходима одна из основных возможностей – умение правильно осознавать действия людей и взаимодействовать с тем, что нас окружает. Такая способность получила название социальный интеллект.

Формирование социального интеллекта содействует эффективной адаптации личности в обществе, однако умение понимать людей и контактировать с ними, является весьма значимой для успешной жизни взрослого человека в современном

обществе. Уже в школе и даже в дошкольном возрасте уровень социального интеллекта выражает огромное действие на жизнь ребенка, поэтому развитие социального интеллекта считается одним из основных нюансов процесса воспитания.

Степень развития социального интеллекта в большей мере устанавливает успешность адаптации и социализации человека.

Понимание целостности норм отношений к миру, друг к другу определяет проявления такого свойства личности, как социальный интеллект.

Термин «Социальный интеллект» был введен в психологию Э. Торндайком в 1920 году для обозначения «дальновидности в межличностных отношениях» [3].

Джой Пол Гилфорд, создатель первого теста для измерения социального интеллекта, рассматривал его как систему интеллектуальных способностей, не зависящих от фактора общего интеллекта и связанных с познанием поведенческой информации [1].

В первую очередь, социальный интеллект предполагает личностные свойства человека, которое формирует правильное отношение к самому себе, прогнозировать результаты своей деятельности, рассуждать над своим поведением и поведением других людей.

Взаимодействие интеллекта позволяет человеку воспринимать, понимать и объяснять действительность.

В этом же случае, социальный интеллект, приспособлен для эффективного общения и социальной адаптации.

В течение всей своей жизни люди сталкиваются с тем, что им приходится контактировать с социальной средой. Человек должен принимать нормы и ценности других людей, малых и больших групп. Термином, описывающий данный процесс, является «адаптация».

Адаптация личности всегда выраженной проблемой. Описание данной темы подтверждается тем, что современный человек очень часто меняет свое социальное окружение и начинает снова адаптироваться к новым для него условиям: взрослая личность, вынужденная менять место работы или ребенок, который только поступил в школу. Адаптация к новым условиям – важный момент в социализации людей, ведь успешная адаптация – это залог развития человека в какой-либо сфере своей жизнедеятельности.

Основой в понимании явления адаптации стало положение о единстве организма и среды, выдвинутое И.М. Сеченовым. В результате исследований А.Н. Ухтомский дал понятие организма, как целостности его активности во взаимоотношениях со средой в процессе адаптации, что дало толчок к поиску психологических механизмов адаптации. М.Г. Ярошевский (1971) указывает, что проблема социальной адаптации возникла в западной психологии на рубеже 30-40х годов XX столетия на базе необихевиоризма и психоанализа.

Мы пришли к следующим выводам, что процесс межличностного общения и поведения, адаптация к жизненным сферам определяет особая умственная способность – социальный интеллект.

Список литературы

1. Гилфорд Дж. Три стороны интеллекта // Психология мышления: сб. переводов / под ред. А. М. Матюшкина. М.: Прогресс, 1965. С. 433–456.
2. Сеченов И. М. Элементы мысли. СПб.: Питер, 2001. 416 с.
3. Торндайк Э., Джон Б. Уотсон. Принципы обучения, основанные на психологии. Психология как наука о поведении. М., 1998. 37 с.
4. Павлова С. В. Из воспоминаний о жизни И. П. Павлова. М.: Новый мир, 1946.
5. Ухтомский А. А. Доминанта. СПб.: Питер, 2002. 448 с.

УДК 159.9.07

Листов Андрей Константинович

*студент 4 курса, направление «Психология», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
г. Новосибирск, Россия*

ВЗАИМОСВЯЗЬ ОСОБЕННОСТЕЙ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ СУПРУГОВ В КОНФЛИКТНОЙ СИТУАЦИИ И УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ БРАКОМ У МОЛОДЫХ СУПРУЖЕСКИХ ПАР

Аннотация. Проблема удовлетворенности браком у молодых супругов представляет научный и практический интерес. Цель исследования – выявление взаимосвязи особенностей взаимодействия супругов в конфликтной ситуации и удовлетворенности браком у молодых супружеских пар. Опрошены 48 респондентов в возрасте от 23 до 29 лет, 24 молодые супружеские пары (в браке состоят до 3 лет). Исследовался характер взаимодействия супругов в конфликте и удовлетворенность браком. Проведен корреляционный анализ. Выявлены значимые корреляционные связи между шкалами опросников, что позволило утверждать, что существует взаимосвязь особенностей взаимодействия супругов в конфликтной ситуации и удовлетворенности браком.

Ключевые слова: удовлетворенность браком, семейный конфликт, молодые супружеские пары.

Listov Andrey Konstantinovich

*4th year Student, direction “Psychology”, Faculty of Psychology,
Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia*

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE FEATURES OF THE INTERACTION OF SPOUSES IN A CONFLICT SITUATION AND SATISFACTION WITH MARRIAGE IN YOUNG MARRIED COUPLES

Abstract. The problem of satisfaction with marriage by young spouses is of scientific and practical interest. The aim of the study was to identify the relationship between the features of interaction between spouses in a conflict situation and satisfaction with marriage in young married couples. 48 respondents aged 23 to 29 years, 24 young married couples (married up to 3 years) were interviewed. The research methods concerned the nature of the interaction of spouses in conflict and satisfaction with marriage. A correlation analysis was carried out. Significant correlations between the scales of the questionnaires were revealed, which allowed us to assert that there is a relationship between the peculiarities of the interaction of spouses in a conflict situation and satisfaction with marriage.

Keywords: satisfaction with marriage, family conflict, young married couples.

Введение. Психологическое изучение семьи характеризуется многообразием подходов, разноплановостью употребляемых категорий, неопределенностью и чрезмерной широтой охвата супружеских отношений [1]. Вместе с тем в этих исследованиях ставится ряд проблем, требующих своего решения, в том числе и вопросы вычленения основных критериев удовлетворенности браком, разработка новых теоретических подходов к изучению факторов удовлетворенности браком. Многие вопросы, связанные с проблемой удовлетворенности супругов браком незаслуженно остаются в стороне от научного анализа.

Изучение социально-психологических аспектов семьи и брака, исследование взаимодействия супругов в конфликтной ситуации, их удовлетворенности супружеством, ролевых отношений в браке, стабильности и устойчивости отношений являются в настоящее время наиболее важными задачами психологии семьи [2, 3]. Основной составляющей социально-психологического климата семьи является удовлетворенность супругов взаимоотношениями и браком в целом. Удовлетворенность браком либо рассматривается как соответствие между наличным и желаемым, либо отождествляется с субъективно переживаемым ощущением удовольствия-неудовольствия при оценке супругами всех аспектов брака. В психологической литературе выделяются так называемая общая удовлетворенность браком и удовлетворенность отдельными аспектами супружества, которая складывается из ряда оценок его различных сторон в зависимости от требований, предъявляемых к личности партнера и к обстоятельствам семейной жизни [5]. Следовательно, необходимо учитывать и всесторонне изучать факторы, влияющие на удовлетворенность супругов браком.

Исследования показывают, что для гармоничного функционирования семьи недостаточно материального благополучия и соответствующего уровня образования. В качестве одного из важнейших факторов устойчивости супружеских отношений выступает взаимодействие между супругами, в том числе и в конфликтных ситуациях [4].

Таким образом, трудности, которые переживает современная семья и супруги, с одной стороны, и недостаточность научного знания о факторах удовлетворенности браком и механизмах ее регулирования как базы для оказания разнообразных (психологической, педагогической и др.) видов помощи семье – с другой, обусловили актуальность исследования.

Целью проведенного нами исследования было выявление взаимосвязи особенностей взаимодействия супругов в конфликтной ситуации и удовлетворенности браком у молодых супружеских пар.

Объект исследования: особенности взаимодействия супругов в конфликтной ситуации.

Предмет исследования: удовлетворенность браком у молодых супружеских пар.

Гипотеза исследования: существует взаимосвязь особенностей взаимодействия супругов в конфликтной ситуации и удовлетворенности браком у молодых супружеских пар.

Эмпирическую выборку составили 48 респондентов в возрасте от 23 до 29 лет, 24 молодые супружеские пары (в браке состоят до 3-х лет).

Результаты диагностических исследований подвергались статистической компьютерной обработке с помощью программного обеспечения Statistica 10. Достоверность полученных данных не ниже 5% уровня значимости. Для окончательных выводов использовались только значимые результаты.

Методы исследования. Были подобраны следующие диагностические методики, позволяющие выявить взаимосвязь особенностей взаимодействия супругов в конфликтной ситуации и удовлетворенности браком у молодых супружеских пар:

1. Опросник "Характер взаимодействия супругов в конфликтных ситуациях" (авторы: Ю.Е. Алешина и Л.Я. Гозман).

2. Опросник «Стиль поведения в конфликте» К. Томаса в адаптации Н.В. Гришиной.

3. Опросник удовлетворенности браком (ОУБ), разработанный В.В. Столиным, Т.Л. Романовой, Г.П. Бутенко.

В результате исследования по названным методикам и получения результатов, был проведен корреляционный анализ между шкалами опросников, и получены следующие корреляционные связи (табл.).

Таблица

Корреляции между взаимодействием супругов в конфликтной ситуации и их удовлетворенностью в браке (критерий г-Спирмена)

Переменная	частичная удовлетворенность, частичная (примерно в равной степени) неудовлетворенность	скорее удовлетворенность, чем неудовлетворенность	значительная удовлетворенность
Проблемы отношений с родственниками и друзьями	,641**	,498*	,167
Проявление супругами стремления к автономии	,561*	,687***	-,960**
Ситуации нарушения ролевых ожиданий	,686**	,538**	-,966**
Ситуации рассогласования норм поведения	-,118	,446*	,404
Проявление доминирования супругами	,556*	,253	,210
Соперничество	,558*	-,510*	,593
Приспособление	,645**	,501*	,343
Компромисс	,314	,433*	,889*
Уклонение	,241	,231	,891*
Сотрудничество	,312	,701***	,959**

Условные обозначения:

Знаком * отмечены достоверные различия показателей испытуемых:

* – низкий уровень достоверности;

** – средний уровень достоверности;

*** – высокий уровень достоверности

В результате корреляционного анализа были получено 19 корреляционных связей, из них 16 положительных и 3 отрицательные.

Корреляционная связь «частичная удовлетворенность, частичная (примерно в равной степени) неудовлетворенность» – «ситуации нарушения ролевых ожиданий» ($r = 0,686$ при $p = 0,01$), свидетельствует о том, что чем выраженнее конфликт в ситуации нарушения ролевых ожиданий, тем выше неудовлетворенность браком.

Корреляционная связь «частичная удовлетворенность, частичная (примерно в равной степени) неудовлетворенность» – «приспособление» ($r = 0,645$ при $p = 0,01$) свидетельствует о том, что чем больше супруги приспосабливаются в отношениях, тем выше неудовлетворенность браком; «частичная удовлетворенность, частичная (примерно в равной степени) неудовлетворенность» – «проблемы отношений с родственниками и друзьями» ($r = 0,641$ при $p = 0,01$), свидетельствует о том, что чем конфликтнее сфера отношений с родственниками и друзьями, тем выше уровень неудовлетворенности браком; «частичная удовлетворенность, частичная (примерно в равной степени) неудовлетворенность» – «проявление супругами стремления к автономии» ($r = 0,561$ при $p = 0,05$) говорит о том, что стремление супругов к автономии усиливает неудовлетворенность браком; «частичная удовлетворенность, частичная (примерно в равной степени) неудовлетворенность» – «соперничество» ($r = 0,558$ при $p = 0,05$) говорит о том, что соперничество усиливает неудовлетворенность браком; «частичная удовлетворенность, частичная (примерно в равной степени) неудовлетворенность» – «проявление доминирования супругами» ($r = 0,556$ при $p = 0,05$) свидетельствует о том, что попытки доминировать одного из супругов усиливает ощущение неудовлетворенности браком.

Корреляционная связь «скорее удовлетворенность, чем неудовлетворенность» – «сотрудничество» ($r = 0,701$ при $p = 0,001$) свидетельствует о том, что при проявлении сотрудничества в конфликтной ситуации супруги скорее удовлетворены браком, чем нет; «скорее удовлетворенность, чем неудовлетворенность» – «проявление супругами стремления к автономии» ($r = 0,687$ при $p = 0,001$) говорит о том, супруги способны принимать автономию друг друга, и это способствует удовлетворению в браке; «скорее удовлетворенность, чем неудовлетворенность» – «ситуации нарушения ролевых ожиданий» ($r = 0,538$ при $p = 0,01$) конфликт в сфере нарушения ролевых ожиданий может способствовать неудовлетворенности браком; «скорее удовлетворенность, чем неудовлетворенность» – «приспособление» ($r = 0,501$ при $p = 0,05$) говорит о том, что приспособление несколько нивелирует конфликты с семье, но не дает полную удовлетворенность браком; «скорее удовлетворенность, чем неудовлетворенность» – «проблемы отношений с родственниками и друзьями» ($r = 0,498$ при $p = 0,05$) свидетельствует о том, что проблемы отношений окружения супружеской пары приводит к некоторой неудовлетворенности браком; «скорее удовлетворенность, чем неудовлетворенность» – «ситуации рассогласования норм поведения» ($r = 0,446$ при $p = 0,05$) говорит о том, что ситуации несогласованности норм поведения может приводить к неко-

торой неудовлетворенности браком; «скорее удовлетворенность, чем неудовлетворенность» – «компромисс» ($r = 0,433$ при $p = 0,05$) позволяет предположить, что способность прийти к компромиссу сглаживает конфликты и усиливает удовлетворенность браком.

Отрицательная корреляционная связь выявлена между параметрами «скорее удовлетворенность, чем неудовлетворенность» – «соперничество» ($r = -0,510$ при $p = 0,05$) свидетельствует о том, что чем меньше соперничество, тем выше удовлетворенность браком молодых супружеских пар.

Корреляционная связь «значительная удовлетворенность» – «сотрудничество» ($r = 0,959$ при $p = 0,01$) свидетельствует о том, что сотрудничество способствует удовлетворенности браком; «значительная удовлетворенность» – «уклонение» ($r = 0,891$ при $p = 0,05$) говорит о том, что уклонение от конфликтов позволяет супругам сохранить ощущение удовлетворенности браком; «значительная удовлетворенность» – «компромисс» ($r = 0,889$ при $p = 0,05$) говорит о том, что чем чаще супруги приходят к компромиссу, тем значительнее удовлетворенность браком.

Отрицательная корреляционная связь выявлена между параметрами «значительная удовлетворенность» – «ситуации нарушения ролевых ожиданий» ($r = -0,966$ при $p = 0,01$) говорит о том, что чем меньше ролевых ожиданий от партнера у супруга, тем больше удовлетворенность браком; «значительная удовлетворенность» – «проявление супругами стремления к автономии» ($r = -0,960$ при $p = 0,01$) говорит о том, что чем больше супруги принимают и разрешают друг другу автономию, тем выше уровень удовлетворенности браком.

Заключение. Подводя итоги, можно констатировать, что особенности взаимодействия супругов в конфликтной ситуации во взаимосвязи с удовлетворенностью браком имеют определенные закономерности. Были выявлены корреляционные связи в группе супругов, которые частично удовлетворены, частично (примерно в равной степени) не удовлетворены браком. Для этой группы характерна конфликтная ситуация в сферах нарушения ролевых ожиданий, отношений с родственниками и друзьями. У супругов присутствуют такие стратегии как приспособление, соперничество, попытки доминировать одного из супругов.

Для группы супругов, скорее удовлетворенных браком, чем неудовлетворенных, характерно сотрудничество, компромисс в конфликтной ситуации. В парах принимается супругами стремление к автономии. Неудовлетворенности браком способствуют проблемы отношений окружения супружеской пары, ситуации несогласованности норм поведения, конфликт в сфере нарушения ролевых ожиданий.

В группе супругов, значительно удовлетворенных браком характерно сотрудничество, уклонение и компромисс в конфликтных ситуациях. Партнеры не предъявляют ожиданий друг к другу и разрешают друг другу автономию.

Список литературы

1. Андреева Т. В. Психология современной семьи. СПб.: Речь, 2018. 434 с.
2. Верецагина А. В. Молодая семья в России в условиях демографического кризиса: монография. М.: Русайнс, 2016. 125 с.

3. Долгорукова И. В. Молодая семья в современном российском обществе // Государственная семейная политика. М.: Изд-во МГСУ, 2018.

4. Жмурин И. Е. Личностные детерминанты супружеского конфликта (психоаналитический подход): монография. М.: МГОУ, 2017. 218 с.

5. Семья и семейные отношения: современное состояние и тенденции развития: сборник / сост. и науч. ред. З. Х. Саралиева. Н. Новгород: Изд-во НИСОЦ, 2018. 583 с.

Научный руководитель – *М. Г. Чухрова*,
д-р мед. наук, проф. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

УДК 159.9

Лощакова Марьяна Владимировна

*студентка 4 курса, направление «Психолого-педагогическое образование»,
профиль «Психология образования», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
г. Новосибирск, Россия*

ВЗАИМОСВЯЗЬ АССЕРТИВНОСТИ И МОТИВАЦИИ ДОСТИЖЕНИЯ УСПЕХА В СТАРШЕМ ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация. Работа представляет собой попытку осмысления результатов эмпирического исследования взаимосвязи assertiveness и мотивации достижения успеха в старшем подростковом возрасте. Установлены значимые взаимосвязи между компонентами assertiveness и мотивации достижения успеха; выявлены прямые взаимосвязи между шкалой assertiveness и личностных особенностей, значимые взаимосвязи между компонентами мотивации достижения успеха и данными диагностики личностных особенностей.

Ключевые слова: assertiveness, мотивация достижения успеха, старший подростковый возраст.

Loshchakova Mariana Vladimirovna

*4th year Student, direction “Psychological and pedagogical education”,
profile “Psychology of Education”, Faculty of Psychology, Novosibirsk State
Pedagogical University, Novosibirsk, Russia*

THE RELATIONSHIP BETWEEN ASSERTIVENESS AND MOTIVATION TO ACHIEVE SUCCESS IN OLDER ADOLESCENCE

Abstract. the work is an attempt to comprehend the results of an empirical study of the relationship between assertiveness and motivation to achieve success in old adolescence. Significant relationships between the components of assertiveness and motivation for success have been established, direct relationships between the scale of assertiveness and personality traits have been revealed, significant relationships between the components of motivation for success and diagnostic data of personality traits have been revealed.

Keywords: assertiveness, motivation to achieve success, older adolescence.

Ассертивность, самоконтроль, достиженческие мотивационные тенденции, позитивные привычки – результат усилий подростков, опыта конструктивного взаимодействия с родителями и сверстниками. Положительные изменения, происходящие со старшим подростком: проявление чувства взрослости; рост самосознания, самооценки, саморегуляции; повышенное внимание к своей внешности; проявление самостоятельности в приобретении знаний и навыков; повышение познавательной мотивации; желание быть не хуже, а лучше других становятся основой развития, мотивации достижений и значимых результатов

На этапе подросткового и юношеского возраста, которые сензитивны для формирования и усиления желательных качеств личности, мотивированности на успешное достижение значимых целей, роль ассертивности как средства эффективного личностного развития, чрезвычайно важна, чем и определяется направление исследования в нашей работе, а также её тема.

Английское *assert* – переводится как утверждать, заявлять, доказывать, отстаивать свои права, является основой термина "ассертивность". В.П. Шейнов отмечает, что термин "ассертивность" происходит от английского "assertive", означающего "настойчивый", "напористый" [4].

Как отмечает Шильцова Ю.В., в рамках исследований проблемы ассертивности в зарубежной психологии можно выделить два основных направления. Первое направление, рассматривает ассертивность через внешнюю поведенческую модель успешного человека. Этому посвящены работы В.Каппони и Т.Новака, Г.Фенстрейхэйма (1997). Второе направление – гуманистическая психология – исследует внутренний мир человека, его экзистенциальное состояние. Исследованию ассертивности в гуманистической психологии посвящены работы: Р.Альберти и М.Эммонса (1975), Э.Берна (2000; 2004), Дж.Вольпе (1998), У.Джеймса (2000), Ф.Зимбардо (2005), А.Маслоу (1999), К.Роджерса (1994; 2005), К.Рудестама (1990), Э.Шострома (2008). Выработанные в рамках этого направления представления о здоровой конструктивной и зрелой личности вносят существенный вклад в понимание феномена ассертивности [5].

В отечественной психологии проблема ассертивности рассматривалась в исследованиях Б.Г. Ананьева (1980; 1996), Ф.Е. Василюка (2003), И.В. Дубровиной (1998), С.В. Ковалева (2007), Е.П.Никитина и Н.Е. Харламенковой (2000), А.М. Прихожан (2001), В.Г. Ромека (1999; 2002) [5].

В основе мотивации достижения – потребность показать хороший результат, быть «на высоте», впереди, быть лидером, быть лучшим, быть первым. Исследовать мотивацию достижения начали в западной науке. Г. Мюррей, анализируя особенности поведения человека в рамках «персонологии» выделил в структуре потребностей, наряду с другими – (потребности в независимости, общении, безопасности, уважении) потребность в достижениях и соответствующую мотивацию [3].

Анализируя особенности мотивации достижения Д. Макклелланд выделяет две противоположные тенденции: стремление к успеху и избегание неудачи, а также описывает основные характеристик лиц с выраженной потребностью

в достижении. К ним он относит предпочтение: умеренно трудных задач, с самостоятельным их выполнением; личной ответственности за результаты своей деятельности.

Деятельностный подход в отечественной психологической науке является одним из основополагающих принципов, поэтому в отличие от диспозиционного подхода, мотивация достижения рассматривается нашими исследователями не как процесс актуализации определенных мотивов, а как процесс их формирования [2].

М.Ш. Магомед-Эминов [2] был первым автором в отечественной традиции, активно разрабатывающим проблемы мотивации достижения. Им создана динамическая модель, где этот тип мотивации определен как функциональная система интегрированных воедино аффективных и когнитивных элементов, регулирующая процесс выполнения деятельности в ситуации достижения [2].

Системная модель мотивации достижения, была создана Т.О. Гордеевой [1] на основе обобщения представлений и моделей в этой области. Она включает в себя четыре блока: ценностно-целевой, когнитивный, эмоциональный и поведенческий.

Исследователи отмечают, что ассертивный человек отличается высоким уровнем мотивации достижения успеха в деятельности, готовностью принимать решения в ситуациях неопределенности, конструктивным подходом к решению проблем.

Особое значение вопросы мотивации достижения приобретают на границах старшего подросткового и юношеского возраста, когда поиск ответов на вопросы самоопределения становится насущной первоочередной задачей, в случае если представления о себе и целях на перспективу определены.

В психологии есть разные классификации выделения возрастных границ и возрастов (З.Фрейд, Д. Бромлей, В.В. Бунак и др.)

Границы подросткового возраста, согласно периодизации возрастного развития Д.Б. Эльконина, находятся в диапазоне 11-17 лет. В качестве главного критерия этого периода автор выделяет смену ведущих форм деятельности и делит его ещё на два этапа: средний школьный возраст (11-15 лет), когда фокус внимания направлен на общение со сверстниками, и старший школьный возраст (15-17 лет), когда ведущим типом деятельности становится учебно-профессиональная [6].

Подросток является личностью, находящейся на границе двух миров – детского и взрослого: с одной стороны, он начинает требовать от взрослых, чтобы маленьким его больше не считали, заявляет о своих правах, но в то же время, имеет слабое представление об обязанностях и ответственности, как неотъемлемой части взрослости. При этом – гипертрофирована (ей придаётся огромное значение) потребность в признании его взрослости окружающими. Борьба на этой «пограничной территории» связана с потерей детского мироощущения, что может стать причиной психологического дискомфорта и усиления тревожности.

Результаты эмпирического исследования. Целью нашего исследования было изучить взаимосвязь ассертивности и мотивации достижения в старшем подростковом возрасте. Психодиагностический комплекс работы включал методи-

ки: Ассертивность: Тест-опросник «Исследование уровня ассертивности» В. Каппони и Т. Новака. Тест мотивации достижения, ТМД/MATS (Мехрабиан). Тест Кеттелла 16 PR (модификация А.Н. Капустиной) – для исследования отдельных личностных характеристик сходных с характеристиками ассертивности/мотивации достижения по шкалам методики. Выборка представлена юношами и девушками старших классов в количестве 40 человек, в возрасте от 16 до 18 лет (средний возраст 17 лет). Исследование проведено в формате интернет-тестирования.

Таблица 1

Результаты диагностики ассертивности («Тест-опросник «Исследование уровня ассертивности» В. Каппони и Т. Новак») (n=40)

Показатели	Варианты уровней ассертивности		
	А (независимость, автономность)	Б (уверенность, решительность)	В (социальная желательность)
Средний балл	4,4	6,2	3,3

Результаты диагностики ассертивности по методике «Исследование уровня ассертивности» В. Каппони и Т. Новак» показывают, что у старших подростков, участников исследования уровень Б, отражающий представления о себе, как уверенном, решительном человеке, является наиболее выраженным и имеет показатель (6,2), что значительно выше других характеристик ассертивности. Уровень А, отражающий независимость, автономность имеет значение показателя 4,4 балла. Такое значение характеризует наличие ассертивности в типичных для подростка ситуациях. При изменении обстоятельств чувство уверенности в себе легко может быть разрушено. Значение уровня В-3,3, отражающего социальную желательность ответов респондентов, говорит об искренности отвечающих.

Данные исследования мотивации достижения представлены в таблице №2.

Таблица 2

Результаты диагностики мотивации достижения («Тест мотивации достижения, ТМД/MATS (А.Мехрабиан) n=40)

Показатели	Варианты мотивации достижения	
	направленность на достижение успеха	направленность на избегание неудачи
Средний балл, (юноши, n=40)	13	116

По результатам диагностики мотивации при помощи «Теста мотивации достижения, ТМД/MATS (А. Мехрабиан) установлено, что преобладающей у участников исследования является мотивация избегания неудачи – 116 баллов, которая выражена у девяти десятых старших подростков-участников диагностики, в сравнении с мотивацией достижения успеха, которая имеет 13 баллов, и проявляется только у одной десятой части респондентов. Вероятно, на предпочтение мотивации избегания оказывают наибольшее влияние низкий уровень потребности в безопасности, высокий уровень неопределенности, эмоциональное напряжение, динамичность событий в современном обществе.

Тест Кеттелла16 PR (модификация А.Н. Капустиной) был использован для исследования личностных особенностей старших подростков.

Данные исследования представлены в таблице №3

Таблица 3

Результаты диагностики личностных особенностей («Тест Кеттелла16 PR (модификация А.Н. Капустиной).») n=40

№	Шкалы/факторы	Значения показателя (средний балл)	Значения показателя (стен)
1	MD – адекватная самооценка/ неадекватная Самооценка	5,8	4,8
2	A– добросердечность/отчужденность	7,8	5,6
3	E– доминантность/подчиненность	5,6	5,6
4	H– смелость/робость	6,4	4,5
5	L– подозрительность/доверчивость	5,8	7,5
6	M– мечтательность/практичность	6,2	5,1
7	N– пронциательность/наивность	5,3	5,3
8	Q2– самостоятельность/зависимость от группы	6,1	6,1
9	Q3– самоконтроль/импульсивность	6,5	5,5

Изучение личностных особенностей старших подростков позволяет уточнить полученные данные.

Высокие оценки по шкале L могут быть свидетельством фрустрированности личности, излишней защиты, эмоциональной напряженности. Чем большую автономию, независимость стремятся проявлять старшие подростки в процессе взаимодействия с окружающими, тем большую внутреннюю эмоциональную напряженность и фрустрированность они могут испытывать, что подтверждается результатами по шкале Q2. **Шкала Q2 занимает вторую позицию стенов и говорит о тенденции движения к независимости, потребности иметь собственное мнение, ориентации на собственные решения.**

Большинство характеристик выражены на среднем уровне. Наименьшая выраженность у факторов, что даёт основание предполагать, что невысоко оценивая свои шансы и возможности, старшие подростки проявляют смелость далеко не во всех ситуациях общения с окружающими.

Для анализа в работе использован коэффициент ранговой корреляции Р. Спирмена для порядковых шкал. Результаты корреляционного анализа характеристик *ассертивности и мотивации достижения*, представлены в таблице 4.

Таблица 4

**Результаты корреляционного анализа показателей ассертивности
и мотивации достижения, n=40**

Показатели		
Шкалы Ассертивности	мотивация достижения успеха	мотивация избегания неудачи
Шкала А ассертивности	$r_s = 0.37^*$	$r_s = -0.124$
Шкала Б ассертивности	$r_s = 0.55^*$	$r_s = 0.09$
Шкала В ассертивности	$r_s = 0.47^*$	$r_s = -0.08$

Прим.: * уровень значимости 0,05

Данные корреляционного анализа, таблица №4, показывают наличие значимых связей между компонентами, а именно: все три шкалы ассертивности имеют взаимосвязь с мотивацией достижения успеха. Связь прямая и свидетельствует о росте одного компонента при повышении другого.

Установлено также, что между мотивацией избегания неудач и ассертивностью взаимосвязи отсутствуют.

Результаты корреляционного анализа характеристик ассертивности и личностных особенностей, представлены в таблице 5.

Таблица 5

**Результаты корреляционного анализа, показателей ассертивности и личностных особенностей
(шкалы Кеттелла), n=40**

Показатели	Ассертивность		
	Шкала А ассертивности	Шкала Б ассертивности	Шкала В ассертивности
MD – адекватная самооценка/ неадекватная самооценка	$r_s = -0.27$	$r_s = 0.08$	$r_s = 0.34^*$
А-добросердечность/отчужденность	$r_s = -0.18$	$r_s = 0.29$	$r_s = -0.16$
Е- доминантность/подчиненность	$r_s = -0.21$	$r_s = 0.37^*$	$r_s = -0.05$
Н- смелость/робость	$r_s = -0.26$	$r_s = 0.32^*$	$r_s = 0.08$
Л- подозрительность/доверчивость	$r_s = 0.31^*$	$r_s = 0.15$	$r_s = 0.21$
М- мечтательность/практичность	$r_s = 0.25$	$r_s = -0.26$	$r_s = 0.14$
Н- проницательность/наивность	$r_s = -0.01$	$r_s = -0.25$	$r_s = -0.04$
Q2- самостоятельность/зависимость от группы	$r_s = 0.15$	$r_s = -0.19$	$r_s = 0.16$
Q3- самоконтроль/импульсивность	$r_s = -0.08$	$r_s = -0.08$	$r_s = 0.21$

Корреляционный анализ установил наличие прямой взаимосвязи между шкалой А (независимость, автономность) ассертивности и шкалой Л- подозрительность/доверчивость теста Кеттелла.

Выявлены прямые взаимосвязи шкалы Б (уверенность, решительность) ассертивности со шкалами Е-доминантность/подчиненность и Н-смелость/робость, методики Р. Кеттелла. Шкала В (социальная желательность) ассертивности и фак-

тор MD-адекватная самооценка/ неадекватная самооценка также взаимосвязаны; связь прямая.

Результаты корреляционного анализа *показателей асертивности и личностных особенностей* (шкалы Кеттелла), представлены в таблице 6.

Таблица 6

Результаты корреляционного анализа показателей мотивации и личностных особенностей (шкалы Кеттелла) , n=40

Показатели	Мотивация	
	достижение успеха	избегание неудачи
Шкалы Кеттелл		
MD – адекватная самооценка/ неадекватная самооценка	$r_s = 0,46^*$	$r_s = 0,03$
A-добросердечность/отчужденность	$r_s = 0,54^*$	$r_s = 0,26$
E– доминантность/подчиненность	$r_s = 0,40^*$	$r_s = 0,27$
H– смелость/робость	$r_s = 0,59^*$	$r_s =$
L– подозрительность/доверчивость	$r_s = 1^*$	$r_s = -0,27$
M– мечтательность/практичность	$r_s = 0,28$	$r_s = 0,09$
N– проницательность/наивность	$r_s = 0,40^*$	$r_s = -0,31^*$
Q2– самостоятельность/зависимость от группы	$r_s = 0,29$	$r_s = 0,04$
Q3– самоконтроль/импульсивность	$r_s = 0,04$	$r_s = 0,05$

Прим.: * уровень значимости 0, 05

Данные корреляционного анализа таблицы №5 показывают наличие значимых связей между компонентами мотивации достижения и данными диагностики личностных особенностей. Выявлены взаимосвязи мотивации достижения успеха со шкалами: MD-адекватная самооценка/неадекватная самооценка, A-добросердечность/отчужденность, E-доминантность/подчиненность, L-подозрительность/доверчивость, H-робость/смелость, N-проницательность/наивность.

Таким образом, благодаря использованию метода математической статистики, выдвинутая нами гипотеза о том, что существует взаимосвязь между асертивностью и мотивацией достижения в подростковом возрасте, нашла подтверждение на основе проведенного исследования. Результаты работы могут быть использованы в практике оказания психологической помощи, при создании тренинговых программ профилактики напряженности и конфликтов, формирования асертивности, мотивации достижений в процессе личностного развития подростков.

Список литературы

1. *Вольпе Дж.* Анализ индивидуальной динамики при лечении депрессии // Эволюция психотерапии: в 4 т. Т. 2, вып. 43. М.: Класс, 1998. 416 с.
2. *Виндекер О. С.* Структура и психологические корреляты мотивации достижения: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Екатеринбург, 2010. 24 с.
3. *Гордеева Т. О.* Психология мотивации достижения. 2-е изд., испр. и доп. М.: Смысл, 2015.

4. Дубровина О. И., Володина К. А., Ершова А. Н. Ассертивность как ресурс конфликтонезависимого поведения подростков // Актуальные проблемы экстремальной и кризисной психологии: материалы II Всерос. науч.-практ. конференции. Екатеринбург, 2019. С. 115–117.
5. Магомед-Эминов М. Ш. Мотивация достижения: структура и механизмы: дис. ... канд. психол. наук. М., 1987. 343 с.
6. Персонология Мюррея [Электронный ресурс]. URL: <http://psylib.org.ua/books/holli01/txt05.htm> (дата обращения: 05.04.2023).
7. Хекхаузен Х. Психология мотивации достижения. СПб.: Речь, 2001. 256 с.
8. Шейнов В. П. Детерминанты асертивного поведения // Психологический журнал. 2015. Т. 36, № 3. С. 28–37.
9. Шильцова Ю. В. Ассертивность как один из психологических механизмов развития социальной адаптации у детей старшего дошкольного возраста: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2012.
10. Эльконин Д. Б. Детская психология: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / под ред. Б. Д. Эльконина. М.: Академия, 2007. 194 с.
11. Эриксон Э. Детство и общество. СПб.: Питер, 2018.

Научный руководитель – *Л. А. Юшкова*,
канд. психол. наук, доцент кафедры общей психологии
и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

УДК 159.9

Ляпина Ксения Романовна

*студентка 2 курса, специальность «Психология служебной деятельности»,
специализация «Психологическое обеспечение служебной деятельности
сотрудников правоохранительных органов», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
ksenialyapina36@gmail.com, г. Новосибирск, Россия*

УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ ЖИЗНЬЮ И СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация. Работа посвящена проблеме изучения таких психологических феноменов, как удовлетворенность жизнью и стрессоустойчивость в юношеском возрасте. Представлены различные подходы к пониманию этих явлений. Анализируется современное понимание удовлетворенности жизнью в соотнесении с понятиями счастья и субъективного благополучия; представлены основные теории удовлетворенности жизнью, в частности гедонистический и эвдемонический подходы, а также теория деятельности. Приводится наиболее распространенное понимание удовлетворенности жизнью как субъективного феномена, в том числе указываются факторы, определяющие удовлетворенность жизнью. Анализируется сущность понятия стресса; представлены современные взгляды на стрессоустойчивость; указывается на необходимость понимания стрессоустойчивости как интегративного свойства личности. Описываются психологические особенности юношеского возраста; анализируются проявления удовлетворенности жизнью и стрессоустойчивости в период юности.

Ключевые слова: удовлетворенность жизнью, стресс, стрессоустойчивость, юношеский возраст, учебно-профессиональная деятельность.

Lyapina Xenia Romanovna

*2nd year Student, specialty "Psychology of official activity",
specialization "Psychological support of official activity of law enforcement officers",
Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University,
ksenialyapina36@gmail.com, Novosibirsk, Russia*

SATISFACTION WITH LIFE AND STRESS RESISTANCE IN ADOLESCENT AGE

Abstract. this work is devoted to the problem of studying such psychological phenomena as life satisfaction and stress resistance in adolescence. Various approaches to understanding these phenomena are presented. The modern understanding of life satisfaction is analyzed in relation to the concepts of happiness and subjective well-being; the main theories of life satisfaction are presented, in particular, the hedonic and eudaimonic approaches, as well as the theory of activity; the most common understanding of life satisfaction as a subjective phenomenon is given, including the factors that determine life satisfaction. The essence of the concept of stress is analyzed; modern views on stress resistance are presented; indicates the need to understand stress resistance as an integrative property of the individual. The psychological features of adolescence are described; the manifestations of life satisfaction and stress resistance in adolescence are analyzed.

Keywords: life satisfaction, stress, stress resistance, adolescence, educational and professional activities.

Образ жизни людей, успешность деятельности, работоспособность, отношение к миру во многом определяется тем, насколько человек удовлетворен качеством своей жизни. В юности особенно часто молодых людей волнуют вопросы смысла жизни, в том числе, юноши и девушки нередко задумываются о качестве собственной жизни.

Современный ускоряющийся темп жизни, постоянно меняющиеся требования к человеку могут провоцировать стресс, присутствующий в жизни каждого. Поиск себя, формирование мировоззрения, утверждение ценностей и идеалов – это одни из тех особенностей юношеского возраста, которые могут приводить к нарушению внутренней гармонии, возникновению противоречий, нередко и, как следствие, формированию стрессовых переживаний. Поэтому при анализе проблемы удовлетворенности жизнью нельзя не учитывать фактор стресса.

В современной науке понятие удовлетворенности жизнью рассматривается наряду с понятиями счастья и субъективного благополучия [8]. Это объясняется взаимовлиянием данных явлений. Так, на удовлетворенность жизнью, несомненно, будет включать в себя эмоциональный компонент, в большей степени соответствующий понятию счастья, которое всегда связано с преобладанием положительных эмоций. В то же время на удовлетворенность жизнью влияют факторы, связанные с материальным и духовным благополучием, в частности, уровень заработной платы, характер взаимоотношений с близкими, друзьями т.д.

В понимании удовлетворенности жизнью выделяется два основных подхода: эвдемонический и гедонистический [7; 8]. Эвдемоническая модель включает в себя такие критерии, как самопознание, активное стремление к самореализации,

чувство цели и смысла в жизни, наслаждение деятельностью. То есть, эвдемонический подход базируется на представлении о том, что счастливый человек стремится к самообновлению, самовыражению, реализации внутреннего потенциала. Акцент здесь ставится на стремлении к совершенствованию собственной личности, ее духовном росте и обогащении. Гедонистическим подходом основан на принципе достижения удовольствия. В данном подходе обращается внимание на эмоциональный компонент, связанный с принципом максимизации удовольствия и минимизации неудовольствия.

Помимо указанных подходов предлагаются и другие теории, например, теория деятельности [7], главный постулат которой можно выразить в следующем: то, что делает человек, приносит ему счастье. При этом обязательна вовлеченность в процесс. Деятельность помогает человеку реализовать намеченные цели. Следовательно, удовлетворенность жизнью с точки зрения данной теории во многом определяется тем, насколько успешно человек может осуществлять свои идеи и планы, находящие выражение в деятельности, труде.

Наиболее распространенным мнением в отношении удовлетворенности жизнью выступает субъективный взгляд на данный феномен [8]. Суть этого подхода состоит в признании роли субъективно значимых для человека факторов, определяющих его удовлетворенность жизнью. Среди таких факторов выделяют возраст, общее эмоциональное состояние, активность или пассивность, наличие целей, а также факторы, связанные с ценностями самой личности, в частности, поддержание здоровья, достижение материального благополучия, межличностные отношения. С этой точки зрения удовлетворенность жизнью является многоаспектным феноменом, системой взаимодействующих факторов, которые для каждого человека имеют разную степень значимости.

Современный мир диктует множество требований к человеку, которому необходимо адаптироваться к быстро меняющимся условиям. Зачастую это приводит к неприятным стрессовым переживаниям.

В переводе с английского «стресс» означает давление, нажим. Данный термин был заимствован из технической сферы, где он используется для обозначения внешнего физического воздействия, вызывающего давление и изменение структуры объекта, на который производится это воздействие [3; 9]. То есть, сущность психологического стресса подобна явлению нажима, давления, вызывающего в организме человека внутреннее напряжение и дисгармонию.

Для сохранения внутренней стабильности в быстро меняющихся условиях современности большое значение приобретает такое качество, как психологическая устойчивость к стрессу. В понимании стрессоустойчивости можно выделить несколько разных подходов [1; 9]:

– стрессоустойчивость можно свести к проявлениям воли человека. То есть, человек при помощи волевых усилий способен изменять свое эмоциональное состояние, осуществлять саморегуляцию действий;

– физиологический компонент стрессоустойчивости отвечает за активизацию различных систем организма с целью адаптации к внешним условиям, стрессовому фактору, а также определяет зависимость устойчивости человека к стрессу от запаса нервно-психической энергии.

– стрессоустойчивость можно охарактеризовать через эмоциональный компонент, связанный с индивидуальным опытом переживания личностью стрессовых ситуаций.

– интеллектуальная составляющая психической деятельности человека характеризует стрессоустойчивость, как способность анализировать стрессовую ситуацию и принимать решения в экстремальных условиях.

– стрессоустойчивость может пониматься через мотивационный компонент, отражающий устремленность к реализации поставленных целей.

– коммуникативный аспект включает в себе готовность к взаимодействию, общению.

– наконец, стрессоустойчивость может пониматься *интегративное* качество личности. Во-первых, для психических процессов характерна интеграция, результатом которой являются сложные психические образования, психические явления; во-вторых стрессоустойчивость объединяет интеллектуальные, эмоциональные, волевые и мотивационные компоненты. Такой подход представляется наиболее полным и подходящим для описания сложного феномена психологической устойчивости к стрессу.

Стрессоустойчивость как интегративное свойство личности характеризует степень адаптации организма в экстремальных условиях; уровень физиологических, психических и социальных механизмов регуляции своего состояния и поведения; внутренние ресурсы человека, направленные на поддержание работоспособности, предотвращение негативных эмоциональных переживаний.

Стрессу подвержены люди всех возрастов. Период юности зачастую несет в себе особые трудности, которые молодым людям необходимо преодолеть, что может быть сопряжено с неприятными переживаниями.

Период юношества является важным этапом становления личности человека и знаменует собой переход от подростничества во взрослую жизнь. В юности формируется мировоззрение, определяются ценности, решаются вопросы профессионального самоопределения. В это время человек активно входит в социальную жизнь, присваивая ее нормы и ценности, усваивая широкий круг социальных ролей [6].

В юности молодые испытывают потребность определения своего места в обществе, утверждения своего Я в социуме. В то же время, у молодых людей развивается способность к рефлексии, отмечается повышенное стремление к самоанализу, проявляется потребность обобщать знания о себе и приводить их в стройную систему; также особое внимание отводится самооценке своей внешности. У молодых людей отмечается более углубленный анализ проблемных ситуаций, что обуславливается развитием интеллектуальной сферы. То есть, юноши

обращены не только вовне, к социуму, но также и обращаются к самому себе, своему внутреннему миру, познавая свои стремления и переживания и таким образом, осуществляя самопознание.

Перед молодыми людьми рано или поздно встает вопрос своего будущего. Советский психолог Л. И. Божович отмечала, что в период окончания школы и решения вопроса о будущей профессии возникает особое личностное новообразование, называемое самоопределением, которое является центральной задачей периода юности [4].

Юноша самостоятельно выбирает определенный способ жизни и стремится его реализовывать. Именно в этот период возникает проблема выбора жизненного пути, определения жизненных ценностей, ставятся вопросы «Кто Я?», «Какой Я?», «Каково мое место в мире?». В юности устанавливаются личностные основы смысла жизни. Не будет преувеличением заключить, что юность – это время раскрытия личности человека.

В эмоциональной сфере молодых людей можно отметить некоторые особенности. Зачастую у них отмечается повышенная эмоциональная возбудимость, резкие смены настроения, раздражительность, вспыльчивость, снижение самоконтроля и др. [6].

Большое значение для формирования личности юношей и девушек имеет семья. В юности преобладает ориентация на поиск партнера, создание собственной модели семейных отношений и реализацию себя в ней. Помимо этого, состав семьи влияет на выбор молодыми людьми стратегии поведения в стрессовых ситуациях. Так, лица, которые росли и воспитывались в полной семье, стремятся к установлению социального контакта и не отказываются от помощи со стороны. В отличие от них, лица, воспитывавшиеся в неполной семье, используют примитивные механизмы самозащиты, что способствует накоплению аффекта. Молодым людям из полных семей проще выстраивать межличностную коммуникацию, они имеют более высокое социальное положение в отличие от лиц, имеющих неполную семью [10]. Таким образом, у человека, воспитывающегося в полной семье, повышается адаптивная способность, позволяющая юношам и девушкам без особых трудностей встраиваться в социум.

Стрессовые переживания в юности чаще всего связаны с ведущей в этом возрасте деятельностью, а именно учебно-профессиональной. Предстоящие экзамены, решение проблемы самоопределения, даже собственные возрастные изменения сами часто сопровождаются такими эмоциями, как страх и тревога. Наиболее частыми факторами стресса будут высокая учебная нагрузка, сложности социальной адаптации. Чтобы справиться с внутренним напряжением, молодые люди прибегают к разнообразным методам, таким как табакокурение, употребление алкогольных и наркотических веществ, асоциальное поведение, возможны проявления суицидальных наклонностей [5].

Учебно-профессиональная деятельность юношей и девушек во многом будет определять и удовлетворенность жизнью. Внутри удовлетворенности образовательным процессом, в целом, выделяются такие частные факторы, как удовле-

творенность от престижа учреждения; удовлетворенность от новоприобретенного статуса студента; удовлетворенность от общественной значимости выбранной профессии; ощущение собственного внутреннего комфорта в своей учебной среде, которое впоследствии сменится на удовлетворенность от психологического климата в группе. Помимо этого, удовлетворенность жизнью у представителей данной возрастной группы связана и с субъективными факторами, отражающими психологическое благополучие (преобладание положительных эмоций, ощущение внутренней гармонии) и ситуацией успеха [2].

Таким образом, в юношеском возрасте феномены удовлетворенности жизнью и стрессоустойчивости проявляются через призму возрастных особенностей периода юности, психологических задач и противоречий, которые молодые люди призваны разрешить. При рассмотрении проблемы удовлетворенность жизнью и стрессоустойчивости определяющее значение имеет ведущая деятельность.

Список литературы

1. Астанина В. Е. Стрессоустойчивость как психологический феномен // Перспективы развития науки в современном мире: сб. статей по материалам междунар. науч.-практ. конференции (Уфа, 02 декабря 2019 г.). Уфа: Вестник науки, 2019. С. 168–171.
2. Белянина Е. А. Удовлетворенность жизнью в юношеском возрасте // Студенческая наука и XXI век. 2021. Т. 18, № 1-2 (21). С. 39–41.
3. Бодров В. А. Психологический стресс: развитие и преодоление. М. 2006. 528 с.
4. Божович Л. И. Этапы формирования личности в онтогенезе // Вопросы психологии. 1978. № 4. С. 24–28.
5. Косаревская Т. Е. Психологические факторы стрессоустойчивости в раннем юношеском возрасте // Право. Экономика. Психология. 2019. № 2 (14). С. 74–79.
6. Кулиев Е. К. Социально-психологические особенности юношеского возраста [Электронный ресурс] // Science and Education. 2022. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskie-osobennosti-yunosheskogo-vozrasta> (дата обращения: 14.04.2023).
7. Меренкова В. С. Исследование феномена «удовлетворенность жизнью» // Комплексные исследования детства. 2020. Т. 2, № 1. С. 4–13.
8. Немковская О. А. Проблема измерения счастья, благополучия и удовлетворенности жизнью в современной науке // International Journal of Medicine and Psychology. 2021. Т. 4, № 6. С. 110–117.
9. Соколова К. В. Стресс и стрессоустойчивость личности // Научный электронный журнал Меридиан. 2020. № 5 (39). С. 279–281.
10. Фесенко С. Н. Психологические особенности юношеского возраста // Инновационная наука. 2023. № 2-1. С. 129–133.

Научный руководитель – Л. А. Юшкова,
канд. психол. наук, доц. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

Мотина Диана Руслановна

*студентка 4 курса, направление «Психолого-педагогическое образование»,
профиль «Психология образования», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
Новосибирск, Россия*

ВЗАИМОСВЯЗЬ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ И СТРАТЕГИЙ ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТЕ В СТАРШЕМ ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация. В работе рассматриваются определения таких личностных характеристик, как «воля», «волевые качества», выявляются различные конфигурации взаимосвязи вышеупомянутых понятий со стратегиями поведения в конфликте в старшем подростковом возрасте.

Ключевые слова: воля, волевые качества личности, конфликт, стратегии поведения в конфликте.

Motina Diana Ruslanovna

*4th year Student, direction “Psychological and pedagogical education”,
profile “Psychology of Education”, Faculty of Psychology, Novosibirsk State
Pedagogical University, Novosibirsk, Russia*

INTERRELATION OF PERSONALITY'S VOLIED QUALITIES AND STRATEGIES OF BEHAVIOR IN CONFLICT IN OLD ADOLESCENTS

Abstract. The paper considers the definitions of such personal characteristics as “will”, “volitional qualities”, reveals various configurations of the relationship of the above concepts with strategies of behavior in conflict in older adolescence.

Keywords: will, volitional qualities of a person, conflict, strategies of behavior in conflict.

В настоящее время изучение личностных особенностей подростков и их влияние на поведение остается актуальной проблемой, которая привлекает все больше внимания.

Одной из таких характеристик можно выделить волевые качества. *Воля* – это сознательное управление своим поведением и деятельностью, выражающееся в способности преодолевать внутренние и внешние трудности при осуществлении целенаправленных действий и поступков. Основная функция воли состоит в сознательной регуляции деятельности в сложных обстоятельствах жизненного процесса.

Д.А. Леонтьев [5] справедливо отмечает, что психологические предпосылки превращения индивида в личность заключаются прежде всего в овладении своим поведением, в формировании внутренней саморегуляции деятельности.

Следовательно, можно говорить, что именно процесс становления произвольности представляется основополагающим для развития личности человека.

Воля способствует формированию определенных качеств личности, входящих в характер, которые называются «волевые качества».

Волевые качества личности – это свойства личности, выработанные в процессе приобретения жизненного опыта, связанные с реализацией воли и преодолением трудностей в течение жизни.

На данный момент в отечественной психологии нет цельного мнения о точном количестве и точном определении волевых качеств личности. Свой список есть почти у каждого исследователя.

С. Л. Рубинштейн [9], А. Г. Маклаков [6] и др. выделяют следующие волевые качества личности:

Целеустремленность – способность человека подчинять свои действия намеченным целям;

Настойчивость – способность человека приводить в активное состояние свои возможности для долгой борьбы с трудностями;

Выдержка – способность сдерживать действия, чувства и мысли, когда это требуется, умение воздержаться от импульсивных поступков и определенных соблазнов;

Решительность – способность действовать без лишних колебаний при борьбе мотивов, быстро принимать решения;

Инициативность – способность пытаться реализовывать возникшие у человека идеи;

Самостоятельность – способность действовать исходя из своих внутренних убеждений, критически относиться к советам других;

Организованность – умение разумно планировать свои действия, рационально использовать время;

Дисциплинированность – умение регулировать свое поведение согласно общепринятым нормам;

Смелость – способность одолеть страх и стремиться к достижению цели, несмотря на риск;

Исполнительность – усердие, завершение своих обязанностей в назначенный срок.

Эти качества играют важную роль в разрешении конфликтов, так как они помогают личности осознавать и контролировать свои действия и эмоции в конфликтной ситуации.

Автор работ по социологии конфликта А.Г. Здравомыслов считает, что *конфликт* – это некая форма отношений между людьми, обусловленная различиями ценностей, интересов, мотивов субъектов взаимодействия [3].

А.Я. Анцупов и А. И. Шипилов приводят следующее определение: *конфликт* – это наиболее деструктивный способ развития и завершения значимых противоречий, возникающих в процессе социального взаимодействия, а также борьба подструктур личности [1].

При анализе особенностей подросткового возраста неизбежно приходится признать, что этот этап развития является наиболее важным для формирования

личности. Однако, он также является очень сложным и напряженным, что делает подростков более уязвимыми. В своих работах Ст. Холл отмечает, что этот возрастной период развития наполнен различными стрессами и конфликтами [7]. Действительно, подростковый возраст сопровождается повышенной конфликтностью в различных сферах, так, могут обостряться отношения со взрослыми, например, с родителями, субъектами образования, что может приводить к конфликтным ситуациям. Также могут возникать внутриличностные конфликты, конфликты со сверстниками, например, когда подросток стремится занять позицию лидера в группе, при столкновении противоречий между мотивами, интересами, целями субъектов конфликта, при искажении восприятия информации в процессе общения и др. [2]. Проведя анализ научной литературы, можно отметить, что подростковые конфликты можно разделить в большинстве случаев на несколько типов, учитывая участников конфликтной ситуации: подросток-родители, подросток-сверстники, подросток-педагоги.

Необходимо понимать, что конфликты неизбежны, и поэтому важно развивать навыки анализа и разрешения конфликтов, а также умение контролировать свое поведение.

Исход конфликтов во многом зависит от того, какие стратегии для их разрешения принимают оппозиционные стороны. А. Я. Анцупов и А. И. Шипилов предлагают следующее понимание термина *стратегии поведения в конфликте*: «Ориентация личности по отношению к конфликту, установка на определенные формы поведения в ситуации конфликта» [1].

Для определения доминирующего стиля поведения в конфликте К. Томас разработал тест, где выделил пять основных типов: соперничество, сотрудничество, компромисс, избегание и приспособление [4].

Каждая из этих стратегий имеет свои преимущества и недостатки в зависимости от конкретной ситуации и личности сторон в конфликте. Модель К. Томаса помогает определить наиболее эффективную стратегию поведения в конфликте в зависимости от его характеристик.

Проведенный эмпирически анализ волевых качеств, стратегий поведения в конфликте и их взаимосвязи на выборке подростков позволяет сделать выводы:

- доминирующим волевым качеством у старших подростков выступает решительность, как показатель отсутствия колебаний и сомнений при борьбе мотивов, своевременного и быстрого принятия решений. Остальные волевые качества: организованность, ценностно-смысловая организация, настойчивость выражены на среднем уровне. Менее выражено волевое качество самообладание;

- преобладающей стратегией поведения в конфликте выступает конфронтация и сотрудничество;

- оценка взаимосвязей между волевыми качествами личности подростка и стратегиями поведения в конфликте показала, что существуют значимые взаимосвязи между волевым качеством «ценностно-смысловая организация» и стратегией поведения «сотрудничество»; между волевым качеством «самообладание» и «конфронтацией» и «приспособлением»; между волевым качеством «настойчи-

вость» и «компромиссом»; между волевым качеством «самостоятельность» и «уклонением», что полностью подтверждает гипотезу исследования о том, что существуют различные конфигурации взаимосвязи между волевыми качествами личности и стратегиями поведения в конфликте в старшем подростковом возрасте.

Результаты работы могут быть использованы в практике оказания психологической помощи, при создании тренинговых программ профилактики конфликтов и формирования волевых качеств в процессе личностного развития подростков.

Список литературы

1. *Анциупов А. Я., Шипилов А. И.* Конфликтология: учебник для вузов. СПб.: Питер, 2015.
2. *Гаврилова И. М., Егорычева О. Ю.* Подросток и конфликты [Электронный ресурс] // Молодой ученый. 2018. № 24 (210). С. 303–306. URL: <https://moluch.ru/archive/210/51335> (дата обращения: 10.04.2023).
3. *Григорьева Г. Е.* Технология разрешения конфликтов в подростковом коллективе средней общеобразовательной школы [Электронный ресурс] // Вестник ПГГПУ. Серия №1. Психологические и педагогические науки. 2014. № 2-1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tehnologiya-razresheniya-konfliktov-v-podrostkovom-kollektive-sredney-obsheobrazovatelnoy-shkoly> (дата обращения: 10.04.2023).
4. *Карелин А. А.* Большая энциклопедия психологических тестов. М.: Эксмо, 2007.
5. *Леонтьев А. Н.* Воля // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 1993. № 2. С. 3–14.
6. *Маклаков А. Г.* Общая психология: учебник нового века. СПб.: Питер, 2002.
7. *Малюшина Ю. А.* Особенности стрессоустойчивости в подростковом возрасте [Электронный ресурс] // Вестник Курганского государственного университета. 2018. № 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-stressoustoychivosti-v-podrostkovom-vozhaste> (дата обращения: 10.04.2023).
8. *Авдулова Т. П.* Психология подросткового возраста: учеб. пособие для студ. учреждений высш. образования. 2-е изд., стер. М.: Академия, 2014.
9. *Рубинштейн С.Л.* Воля. Гл. XIV // Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. М., 2009.
10. *Эльконин Д. Б.* Избранные психологические труды. М., 1989.

Научный руководитель – *Л. А. Юшкова*,
канд. психол. наук, доц. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

Муранова Светлана Вячеславовна

*студентка 3 курса, направление «Психология», факультет психологии,
Новосибирский государственной педагогический университет,
smyrka2111@mail.ru, г. Новосибирск, Россия*

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ОБИДЧИВОСТИ КАК ЛИЧНОСТНОЙ ХАРАКТЕРИСТИКИ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация. В статье рассматриваются особенности формирования обидчивости, которая при закреплении в структуре личности может приводить к трудностям в межличностном взаимодействии. На основе теоретических и эмпирических исследований отечественных и зарубежных психологов рассмотрены разные подходы к определению обидчивости как личностной характеристики и причины ее формирования. Результаты собственно исследования показали актуальность изучения обидчивости, причин ее формирования, негативных последствий, способов профилактики и коррекции.

Ключевые слова: обида, обидчивость, подростковый возраст.

Склонность конфликтам и протестному поведению – характерные свойства подросткового возраста. Таким образом подросток стремится самоутвердиться, почувствовать свое Я. Одна из причин конфликтного поведения – чувство обиды, которое может быть как ситуативным, так и устойчивым паттерном поведения, и в таком случае принято говорить о формирующейся личностной характеристике – обидчивости.

Обидчивость как устойчивая характеристика к настоящему времени у подростков недостаточно изучена. Наибольшую обеспокоенность вызывает возникающие у подростка, переживающего интенсивную обиду, отчужденность от внешнего мира и погруженность во свой внутренний мир, ощущение неважности, ненужности, переживание невозможности изменить ситуацию, бессилие, что приводит к неадаптивным, и порой деструктивным, формам поведения как в подростковом возрасте, так и в последующие возрастные периоды. Актуальным является изучение частоты встречаемости обидчивости у современных подростков и причин формирования такого поведенческого паттерна.

Известно, что в подростковом возрасте сепарация от родителей может проявляться конфликтностью, стремлением отстаивать свою точку зрения, что приводит к взаимному дистанцированию с родителями. Подросток перестает чувствовать поддержку, у него может возникать обида на родителей, ощущение отсутствия принятия и поддержки со стороны близких. У подростка могут возникать трудности в общении со сверстниками (в крайних проявлениях – буллинг), следствием чего так же может быть переживание небезопасности и обида. В дальнейшем обидчивость приводит к тому, что возникают проблемы во взаимоотношениях с партнером, неспособность решать межличностные конфликты, невозможности увидеть и дать возможность существовать позиции другого, низкой эмпатии, агрессивности, не способности духовно развиваться.

Конфликтные формы поведения в подростковом возрасте часто указывают на более глубокие, а именно, внутриличностные проблемы индивида. Неспособность изменить неэффективную стратегию поведения приводит к учащению конфликтов с родителями, со сверстниками, что вызывает желание изолироваться, переживание чувства одиночества и обиды. Обида является неблагоприятным и деструктивным переживанием. При закреплении обида перетекает в более устойчивую черту – обидчивость.

Вопросом изучения обидчивости занимались такие отечественные ученые как Ю.М. Орлов, В. В. Столин, М. В. Зюзько, А. Г. Шмелев, З.А. Агеева, М.С. Гриценко и др. За рубежом эту проблему изучали Ф. Перлз, К. Хорни, Р. Кеттел и др.

М.В. Зюзько и А.Г. Шмелев считают обидчивость признаком эгоцентричной личности. В.В. Столин рассматривает обидчивость с точки зрения преграды для личностного развития. [2].

К. Хорни утверждала, что за обидой стоит жалость к себе за несправедливое обращение, уязвленное эго. К Хорни считала, что переживание обиды может сопровождать человека всю жизнь и становится неотъемлемым качеством личности [6]. Также обидчивость можно рассматривать как склонность личности к манипуляции, когда мотивом поведения становится стремление заставить действовать другого, исходя из своих интересов.

Ряд авторов рассматривают обидчивость как инфантильно-невротическую реакцию, особенно в ситуациях, связанных с оцениванием и самоутверждением индивида.

Ю.М. Орлов отмечает, что установка на обиду возникает в детстве. В детстве ребенок в полной мере не может осознавать и говорить о своих потребностях. Проживая обиду, ребенок пытается вызвать у родителей такое поведение, которое для него желательно [3]. Подросток же уже способен открыто говорить о своих потребностях и недовольствах. Реакция обиды в подростковом возрасте, как устойчивый паттерн поведения, является проявлением инфантильности. Таким образом, обидчивость – это инфантильная реакция на окружение, воспроизведение детства во взрослом возрасте.

С точки зрения основоположника гештальт-терапии Ф. Перлза, одной из причин появления обиды у ребенка выступают родительские императивы. В случае если у ребенка нет возможности выполнить требование родителя, у него возникают негативные переживания, в том числе, обида на родителей. Повторные ситуации приводят к развитию невроза. То есть, обидчивость является качеством невротической личности [4].

Согласно точки зрения Р. Кеттела, обидчивость, как черта личности, имеет особый внешний триггер, который запускает привычную реакцию. Триггером является реальная ситуация, которая возвращает человека в травмирующий опыт из детства, когда ребенок не смог соответствовать требованиям родителей [5].

Рядом исследователей показано, что к переходу обиды в устойчивый поведенческий паттерн более склонен женский пол. Хотя, З.А. Агеева и М.С. Гриценко

приводят результаты исследования, свидетельствующие о том, что у девушек обидчивость характеризуется активным характером протекания и отличается непродолжительной реакцией. У юношей же внешняя реакция на обиду не ярко выражена, но характеризуется длительностью переживания [1].

Нами проведено исследование, направленное на выявление склонности подростков к переживанию обиды. Количество испытуемых составило 43 человека. Возраст 13-15 лет. Использовали «Опросник враждебности А. Басса – Э. Дарки». Исходя из полученных результатов, подростки распределены в зависимости от степени выраженности обиды (высокий, средний и низкий уровень) (Рисунок).

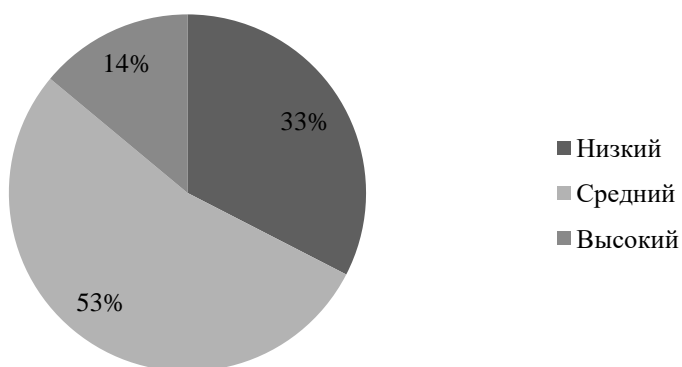


Рис. Частота встречаемости подростков с разной степенью выраженности обиды

Исходя из данных диаграммы, у 14% подростков выявлен высокий уровень обиды. Высокий уровень показателей по шкале «обида» (от 8 до 10 баллов) у обследованных подростков свидетельствует о том, что данные испытуемые склонны к обидчивости и с большой вероятностью имеют трудности в межличностном взаимодействии.

У 53% обследованных подростков имеется средний уровень обиды, Средний уровень (от 4 до 7 баллов) говорит о том, что испытуемые могут переживать обиду, но при этом указанная характеристика пока не оказывает выраженного влияния на формирование личности и только ситуативно может влиять на характер общения.

Таким образом, обидчивость как личностная характеристика является актуальной проблемой в подростковом возрасте. Склонность к обидчивости зарождается в детстве и часто является следствием особенностей детско-родительских отношений, нарушения взаимоотношений с родителями, следствием травматического детского опыта. На фиксацию обиды в структуре личности влияет характер требований от первичных лиц, чувствительность ребенка и социальная среда. Обидчивость может повлечь за собой развитие других неадаптивных, и даже деструктивных личностных характеристик и поведенческих паттернов – мститель-

ность, эгоизм, склонность к одиночеству, проблемы с социализацией и адаптацией в социуме. Результаты проведенного тестирования подтвердили актуальность данной проблемы и необходимость ее психокоррекции в подростковом возрасте.

Список литературы

1. Агеева З. А., Гриценко М. С. Социально-психологическая природа и феноменология обидчивости [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskie-determinanty-obidchivosti> (дата обращения: 01.04.2023).
2. Каневская Ж. О., Кириллова Л. С. Подростковая агрессия как социально-психологическая проблема современности // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. 2015. № 42. С. 7–11.
3. Орлов Ю. М. Восхождение к индивидуальности. М.: Просвещение, 2008. 287 с.
4. Перлз Ф. Гештальт-подход. Свидетель терапии / пер. с англ. М. Папуш. М.: Психотерапия, 2015. 208 с.
5. Холл К. С., Линдсей Г. Теории личности / пер. с англ. И. Гриншпун. М.: Психотерапия, 2008. 656 с.
6. Хорни К. Невроз и личностный рост. Борьба за самоосуществление / пер. с англ. Е. И. Замфир. СПб.: Восточно-Европейский ин-т психоанализа, 2000. 318 с.

УДК 159.9

Мясникова Марина Владимировна

*студентка 4 курса, направление «Психология», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
m.2910@yandex.ru, г. Новосибирск, Россия*

СОВРЕМЕННОЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ПОНИМАНИЕ СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ

Аннотация. В статье освещается современный подход в психологии к пониманию синдрома эмоционального выгорания. Обозначается, что синдром эмоционального выгорания является актуальной проблемой в науке и практике, поскольку современные условия работы многих профессий становятся стрессогенными. Рассматриваются теоретические модели, которые описывают причины, симптомы и последствия эмоционального выгорания, а также основные подходы к его профилактике и лечению.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, стресс, психологические заболевания, симптомы, профессиональная нагрузка, профессиональное истощение, методы профилактики.

Myasnikova Marina Vladimirovna

*4th year Student, direction "Psychology", Faculty of Psychology, Novosibirsk State
Pedagogical University, m.2910@yandex.ru, Novosibirsk, Russia*

MODERN PSYCHOLOGICAL UNDERSTANDING OF BURNOUT SYNDROME

Abstract. This article highlights the modern approach in psychology to understanding the burnout syndrome. The author indicates that the burnout syndrome is an urgent problem in science and practice,

since the modern working conditions of many professions are becoming stressful. The author examines theoretical models that describe the causes, symptoms and consequences of emotional burnout, as well as the main approaches to its prevention and treatment.

Keywords: emotional burnout, stress, psychological diseases, symptoms, occupational load, occupational exhaustion, prevention methods.

Проблема эмоционального выгорания специалистов, работающих в системе «человек – человек» становится все более актуальной в современном мире [1]. В соответствии с исследованием, проведенным в университете, эмоциональное выгорание является частым явлением среди специалистов, работающих в сфере социальной работы и медицины. Предотвращение и лечение эмоционального выгорания может включать в себя различные методы, такие как развитие навыков стрессоустойчивости, психотерапия и консультационная поддержка. Важно также следить за своим физическим и психологическим здоровьем, а также иметь поддержку от социальной сети и руководства. Кроме того, важно обеспечить организационную культуру, которая поддерживает здоровые межличностные отношения и баланс между работой и личной жизнью. Исследования показывают, что организации, которые решают эти проблемы, чаще имеют более довольных сотрудников и меньшую текучесть сотрудников, что позволяет сохранять квалифицированных сотрудников и достигать более высокой работоспособности.

Синдром эмоционального выгорания является реакцией организма на длительное воздействие стрессов на рабочем месте.

Эмоциональное выгорание – это состояние, когда человек исчерпывает свои эмоциональные ресурсы, приводя к снижению производительности, стрессу и прочим негативным последствиям. Специалисты, работающие в системе «человек – человек», могут быть особенно уязвимы к этому состоянию, поскольку они постоянно взаимодействуют с другими людьми и используют свои эмоциональные ресурсы для коммуникации.

Эмоциональное выгорание стало одной из главных исследуемых тем в медицине и социологии в зарубежном мире, с более чем 1000 исследований опубликованных в 80-х годах XX века.

По мнению Маслач, синдром эмоционального выгорания означает истощение не только эмоциональных ресурсов, но и физических, а также проявляется в отрицательном отношении к работе, потере сочувствия и понимания к клиентам, и низкой самооценке. Это расширяет понятие эмоционального выгорания, включая в него и физический компонент.

Маслач также считает, что факторы окружающей среды, такие как недостаток ресурсов, структурные ограничения и недостаток поддержки со стороны руководства, также могут способствовать развитию эмоционального выгорания. Она считает, что эффективное решение проблемы выгорания требует системного подхода, включая обеспечение поддержки и ресурсов, обучения и развития, а также создание поддерживающей корпоративной культуры.

В 1981 году К. Маслач и С. Джексон выделили три связанных между собой аспекта для определения эмоционального выгорания профессиональных стрессов межличностных коммуникаций: эмоциональное истощение, деперсонализация и снижение персональных достижений.

Проявления недостатка эмоциональных ресурсов описываются как эмоциональное истощение. Это проявляется в различных формах, как например, ощущение перегрузки, опустошенности, истощенности. Это состояние может влиять на желание человека отдаваться работе и приводить к притупленности.

Деперсонализация – это тенденция к развитию негативных отношений к себе и другим. Это может проявляться в виде негативных мыслей и чувств, которые могут в дальнейшем привести к серьезным конфликтам и вспышкам ярости. Причиной деперсонализации может быть длительное стрессовое состояние, неспособность справиться с негативными эмоциями и нехватка самооценки.

Редукция персональных достижений – понижение своей профессиональной эффективности означает падение в значимости своих достижений и навыков на работе. Это может проявляться как сомнения в своей квалификации, неудовлетворенность своими результатами и общее негативное отношение к работе. Это может приводить к чувству вины за недостатки и неудачи, а также к снижению самооценки.

Изучение синдрома эмоционального выгорания имеет различные подходы, однако один из наиболее распространенных основан на теории стресса Г. Селье, которая объясняет его как результат накопления негативных эмоций и невозможности их освобождения. Это приводит к эмоционально-энергетическому истощению и различным проявлениям, таким как изменение отношения к себе и другим, недовольство собой и снижение самооценки. В этом контексте, эмоциональное выгорание может быть рассмотрено как критическое истощение эмоционально-энергетических ресурсов, которое возникает в результате длительного стресса и отсутствия поддержки. Это состояние может вызвать различные проблемы, от нарушения работоспособности до нарушения качества жизни. Поэтому, важно определять и контролировать источники стресса, а также обеспечивать поддержку и отдых.

Эйала Пайнс считает, что ключевой причиной эмоционального выгорания является несоответствие между ожиданиями и реальностью профессиональной жизни. Она предполагает, что люди, которые привязаны к своей работе и ищут в ней смысл жизни, чаще встречаются с риском синдрома эмоционального выгорания, поскольку они более уязвимы к истощению и мотивационным проблемам, если они оказываются в помогающих профессиях и имеющие высокие стандарты для себя. Работа, которая становится центром жизни, может приводить к разочарованию и в итоге к эмоциональному выгоранию. Это происходит из-за нереалистичных ожиданий и невозможности соответствовать им в реальности. Поэтому, чтобы предотвратить эмоциональное выгорание, необходимо создать баланс между работой и личной жизнью, а также находить смысл жизни не только в работе, но и в других аспектах жизни.

Кроме того, профессор Бойко выделяет, что эмоциональное выгорание является достаточно сложным процессом и охватывает множество аспектов, которые зависят от ряда факторов, включая индивидуальные особенности личности, окружающую среду и профессиональную нагрузку и приобретается в процессе жизнедеятельности. Он также утверждает, что выгорание не может быть полностью излечено, но может быть контролировано и уменьшено с помощью социальной и психологической поддержки, а также с помощью изменения рабочих условий и улучшения качества жизни. В данном понятии подчеркивается, что данный феномен не ограничивается только определенными родом деятельности, но всегда проявляется в результате длительного и напряженного вовлечения в какую-либо деятельность, будь то работа или личные отношения.

Эмоциональное выгорание может иметь различные причины и может проявляться по-разному у разных людей. Некоторые считают, что это связано с неудачным поиском смысла жизни в профессиональной сфере, другие – с продолжительным рабочим стрессом и профессиональными кризисами. По мнению В.В. Бойко, эмоциональное выгорание может быть, как негативным, так и положительным, и может приводить к профессиональной деформации личности.

Г.С. Абрамова, Ю.А. Юдчиц синдром эмоционального выгорания – это форма профессиональной деформации, которая не только оказывает негативное влияние на эмоциональное состояние человека, но и на его физическое и нервное здоровье. Это хроническое напряжение нервной системы, которое может приводить к страданиям и понижению качества жизни.

В.Е. Орел, считает, что одной из важных особенностей эмоционального выгорания является то, что оно может накапливаться на протяжении длительного времени. Это может быть связано с накоплением стресса и проблем на рабочем месте, а также с отсутствием эффективных методов борьбы с ним. Исследования показывают, что постоянное воздействие эмоционального выгорания может привести к серьезным психологическим и физиологическим последствиям, таким как нарушения сна, депрессия, изменения в иммунной системе и сердечно-сосудистые заболевания.

Согласно теории М.Буриша, развитие синдрома эмоционального выгорания может включать в себя несколько основных фаз:

1. Предупреждающая фаза эмоционального выгорания описывается как период, когда индивид проявляет чрезмерное участие в работе, испытывает чувство незаменимости, отказывается от других потребностей и ограничивает свои социальные контакты. Это может приводить к истощению и бессоннице.

2. Снижение уровня собственного участия может быть определена как период, в котором индивид начинает отдавать меньше внимания своим обязанностям и отношениям с другими людьми. Это может проявляться в потере интереса к работе, отсутствии эмпатии и безразличии к окружающим, а также в приписывании вины за собственные неудачи другим людям.

3. Профессиональное выгорание может приводить к ряду эмоциональных реакций, таких как депрессия и агрессия. Эти реакции могут проявляться в раз-

личных формах, таких как постоянное чувство вины и низкой самооценки, беспокойство и страхи, апатия и лабильность настроения, защитные установки и обвинения других, подозрительность, конфликты с окружающими и потерю толерантности.

4. Фаза деструктивного поведения – проявляется в снижении эффективности интеллектуальной деятельности (таких как концентрация внимания и воображение), мотивационной деятельности (например, отсутствие инициативы и эффективности) и эмоционально-социальной деятельности (например, отсутствие интереса к контактам и изоляция). Это может проявляться в безразличии, избегании сложных заданий и профессиональных отношений, самодостаточности и одиночестве.

5. Психосоматические реакции, такие как изменения в психологическом и физическом состоянии, могут наблюдаться в ходе развития синдрома эмоционального выгорания. Эти реакции включают в себя проблемы со здоровьем, как снижение иммунитета, бессонница, головные боли, боли в позвоночнике и расстройства пищеварения, а также зависимости.

6. Разочарование проявляется как негативный взгляд на жизнь, чувства бессилия и бессмысленности, а также глубокого чувства отчаяния. Это может привести к желанию изменить свою жизнь или даже к мыслям о суициде.

Исследования синдрома эмоционального выгорания указывают на то, что облегчающая на работу зависимость может привести к разочарованию и духовной пустоте. На начальном этапе развития синдрома, профессиональная деятельность становится основным значением и целью жизни лица. Но когда вклад и результат не соответствуют друг другу, могут появиться первые признаки эмоционального выгорания.

Таким образом, описывая возникновения проблем эмоционального выгорания можно отметить, что эмоциональное выгорание – это один из новых механизмов психологической защиты, который получил много внимания в педагогической литературе и проводились эмпирические исследования в этой области.

Современное психологическое понимание синдрома эмоционального выгорания рассматривает его как результат длительного профессионального стресса, который вызывает утомление, утрату эмоциональной реактивности и деперсонализацию. Это может привести к чувству экстранастики, бессмысленности жизни и снижению работоспособности.

Современное психологическое понимание синдрома эмоционального выгорания представляет собой комплексный и многосторонний процесс, который описывается как реакция на длительные профессиональные стрессы и истощение эмоциональных ресурсов. Он включает в себя три основные измерения: эмоциональное истощение, деперсонализацию и уменьшение персональных достижений. Эмоциональное истощение описывается как утрата энергии и уменьшение эмоциональной выносливости, деперсонализация – как отсутствие эмоционального вовлечения в работу и уменьшение чувства персональной ценности, а уменьшение персональных достижений описывается как снижение профессиональной компе-

тентности и уменьшение удовлетворенности работой. Эти три фактора влияют на психологическое состояние человека, вызывая чувства утомления, выгорания и отчаяния. Современные исследования в этой области показывают, что основные факторы, вызывающие эмоциональное выгорание, включают в себя длительный стресс, изнурительную работу, отсутствие поддержки и ресурсов, несправедливость и отсутствие удовлетворения от работы. Это может привести к снижению эффективности и повышению риска психологических проблем, таких как депрессия или андерстресс.

Обобщая изученный материал о синдроме эмоционального выгорания, можно заключить, что это сложный феномен, который может иметь различное определение. Однако, большинство исследований в данной области направлены на изучение взаимосвязи "человек-человек", так как частым следствием работы в данной области является эмоциональное выгорание. Также можно сделать вывод, что в зарубежной и отечественной литературе мнения о причинах и определении синдрома эмоционального выгорания расходятся. Однако, большинство согласны в том, что это явление влечет за собой негативные последствия для организма и может вызывать стресс и дезадаптацию, и связывают этот процесс с деятельностью.

Список литературы

1. *Башилов Р. Н., Башилова С. М., Дербенёв Д. П., Жуков С. В., Рыбакова М. В.* Особенности проявления агрессивного поведения врачей и медсестер в условиях современной медицины // *Медицинская сестра*. 2019. № 2. С. 3–5.
2. *Бойко Р. В.* Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. М.: Филинь, 2006. 256 с.
3. *Водопьянова Н., Старченкова Е.* Синдром выгорания: диагностика и профилактика. 2-е изд., доп. СПб: Питер, 2008. 336 с.
4. *Дружилов С. А.* Профессиональные деформации как индикаторы дезадаптации и душевного неблагополучия человека // *Психология сегодня*. 2022. № 4. С. 45–52.
5. *Колесников С. С.* Эмоциональное выгорание медицинских работников: причины, механизмы, профилактика. СПб: Изд-во СПбГУ, 2011. 432 с.
6. *Лебедев В. А.* Эмоциональное выгорание медицинских работников. М.: Медицина, 2005. 320 с.
7. *Маслач К., Шулер М. Дж.* Эмоциональное выгорание: инвентаризация изнурения. М.: Практика, 2001. 256 с.

Научный руководитель – *Л. А. Юшкова*,
канд. психол. наук, доц. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

Пятницкая Полина Владимировна

*студентка 4 курса, направление «Психология образования»,
профиль «Психолого-педагогическое образование», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
Polinapyatnickaya@icloud.com, г. Новосибирск, Россия*

ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ПОДРОСТКОВ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ПОЛА

Аннотация. В статье рассматривается вопрос об особенностях эмоционального интеллекта подростков в зависимости от пола. Особое внимание уделяется проявлению эмоционального интеллекта в подростковом возрасте и способности подростков понимать собственные эмоции, а также возможности подростков разного пола понимать состояния других людей. Приведены результаты эмпирического исследования, посвященного данной проблеме. Теоретико-методологическую основу эмпирического исследования составили теоретические положения, представленные в работах Д. В. Люсина, П. К. Анохина, Е. П. Ильина, С. Л. Рубинштейна, а также в публикациях Л. С. Выготского и т. д.

Ключевые слова: подростковый возраст, эмоциональный интеллект, интенсивность эмоций, идентификация эмоций, эмпатия.

Pyatnitskaya Polina Vladimirovna

4th year Student, direction "Psychology of education", profile "Psychological and pedagogical education", Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, Polinapyatnickaya@icloud.com, Novosibirsk, Russia

FEATURES OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF ADOLESCENTS DEPENDING ON GENDER

Abstract. The article deals with the question of the peculiarities of emotional intelligence of adolescents depending on gender. Particular attention is paid to the manifestation of emotional intelligence in adolescence and the ability of adolescents to understand their own emotions, as well as the ability of adolescents of different genders to understand the states of other people. The results of an empirical study devoted to this problem are presented. The theoretical and methodological basis of the empirical research was made up of the theoretical propositions presented in the works of D. V. Lyusin, P. K. Anokhin, E. P. Ilyin, S. L. Rubinstein, as well as in the publications of L. S. Vygotsky, etc.

Keywords: adolescence, emotional intelligence, intensity of emotions, identification of emotions, empathy.

Актуальность данной проблемы заключается в том, что в современном мире необходимо владеть умением правильно реагировать на эмоции других людей, так как от этого зависит эффективность социальных контактов, а навык правильного выхода из конфликтных ситуаций влияют на успешность в учебе, в работе, в отношениях. Эмоциональный интеллект не врожденная характеристика, ведь он формируется в разных возрастных периодах под воздействием определенных факторов. Если человек имеет развитый высокий эмоциональный интеллект, то он

успешен во многих видах деятельности, а все его навыки будут положительно влиять на межличностные отношения.

Если говорить о проявлении эмоционального интеллекта в подростковом возрасте, то повышенная эмпатия – один из основных показателей высокого уровня эмоционального интеллекта [3]. Эмпатия – это способность сочувствовать. Способность понимать других людей, определять их эмоции. Данная способность помогает при взаимодействии с другими людьми. Подростки с высокими показателями эмпатии способны протянуть руку помощи тем людям, которые находятся в трудной жизненной ситуации, ведь у людей с повышенной эмпатией развито социальное самосознание, а значит она постоянно желают помочь окружающим.

Подростки обладающие высоким уровнем ЭИ и выраженной эмпатией легко идут на контакт со своими сверстниками, родителями и со всеми людьми, которые их окружают, они активно устанавливают доверительные отношения с социумом. Для развития эмпатии необходим положительный опыт общения с окружающими, а также важным элементом служит воспитание в семье, ценности и правила, которых придерживаются члены семьи, где воспитывается подросток. Ну и не стоит забывать о важной роли образования, самодисциплины и обучения. «Родители и педагоги могут помочь подросткам развивать эмпатию, уча их понимать чувства и эмоции других людей, общаться с разными категориями людей и помогать им в трудных ситуациях» [2].

Высокая интенсивность эмоций у подростков – еще один показатель особенностей эмоционального интеллекта подросткового возраста. В период подросткового возраста происходят различные перестройки в организме, изменения в физиологии, а также в психологии человека, а причиной всему происходящему – изменения формы тела, развитие гормональной системы, рост и развитие социальных связей. Формирование личности и вместе с этим углубление социальных связей – это та основа, при которой возникает интенсивная эмоц. реактивность в подростковом возрасте. Взрослые тоже испытывают эмоции, как положительные, так и отрицательные, однако, у подростков это происходит значительно ярче, ведь подростки прибывают в состоянии, при котором происходит ускоренное развитие и активное изменение. Подростки еще не имеют достаточного опыта и навыков для эффективного управления своими эмоциями, что также может приводить к их более интенсивному проявлению [5].

Стоит отметить следующую особенность эмоционального интеллекта (далее-ЭИ) – это высокая социальная чувствительность. Данная особенность указывает на то, что подростки способны понимать, воспринимать эмоции окружающих людей. Отличительной чертой является показатель того, как именно подростки, помимо осознания эмоций других, реагируют на них (степень адекватного реагирования). Из-за периода формирования личности, подростки подвержены мнению окружающих людей, в том числе, мнению своих сверстников. Именно поэтому подросткам так важно уметь распознавать эмоции по жестам собеседника, его голосу, выражению лица. Адекватная реакция на те или иные эмоции будет помощником для подростка в социуме, а значит соц.чувствительность является

важной особенностью ЭИ в подростковом возрасте, как для девочек-подростков, так и для мальчиков-подростков. Социальная чувствительность помогает в установлении контакта с новыми людьми и выручает в ситуациях, где есть необходимость решать конфликты [1].

Все вышеизложенное показывает, что развитие и осознание особенностей эмоционального интеллекта у подростков – это важный этап для будущего индивида и его игнорирование может повлечь за собой определенные последствия. Такие особенности ЭИ в подростковом возрасте, как: развитая эмпатия, высокая интенсивность эмоций, повышенная социальная чувствительность – все перечисленное накладывает огромный отпечаток на восприятие подростком себя, а также на восприятие окружающего мира. Подростки могут проявлять чрезмерную эмоциональную реакцию на всевозможные социальные факторы, их эмоции часто неопределенные, ведь подростки нередко испытывают трудности в определении своих эмоций, в осознании их причин и способов избавления от негативных последствий после эмоциональных «всплесков».

Таким образом, целью нашего эмпирического исследования является выявление особенностей эмоционального интеллекта подростков в зависимости от пола. Эмпирическая база: муниципальное автономное общеобразовательное учреждение г. Новосибирска «СОШ №212».

Выборка: 100 подростков (из них 50 мальчиков-подростков и 50 девочек-подростков), средний возраст испытуемых составил 14-15 лет.

В нашем исследовании была применена методика диагностики эмоционального интеллекта автора М.А. Манойловой.

Для математической обработки данных применялся расчет среднего значения по шкале, расчет среднеквадратического отклонения по шкале и расчет U-критерия Манна-Уитни для оценки различий между двумя выборками (мальчики и девочки).

Результаты проведенного нами эмпирического исследования следующие:

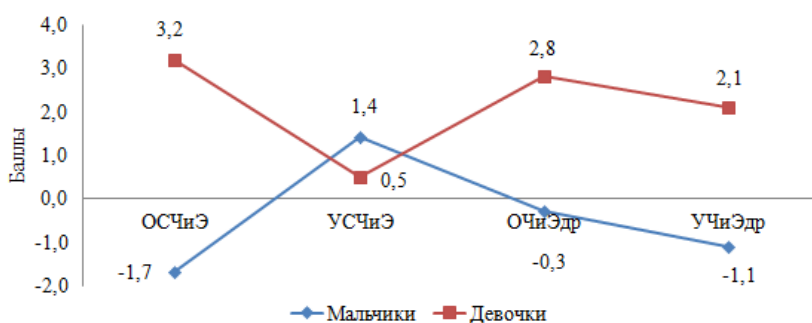


Рис. 1. Усредненный профиль эмоционального интеллекта по результатам методики диагностики эмоционального интеллекта М.А. Манойловой, баллы

Примечания: ОСЧиЭ – осознание своих чувств и эмоций; УСЧиЭ – управление своими чувствами и эмоциями; ОЧиЭдр – осознание чувств и эмоций других людей; УЧиЭдр – управление чувствами и эмоциями других людей

На рисунке 1 приведен усредненный профиль по результатам методики диагностики эмоционального интеллекта М.А. Манойловой. Из рисунка следует то, что профили подростков-мальчиков и подростков-девочек имеют ряд отличий.

Девочки-подростки имеют низкие показатели по шкале «управление своими чувствами и эмоциями» ($Mx=0,5$ балла) – не умеют управлять своими эмоциями, даже несмотря на хорошее осознание своих чувств. Обладают импульсивностью и яркими эмоциональными реакциями. Нередко именно излишняя эмоциональность является помехой девочкам-подросткам в достижении намеченных целей, могут отрицательно влиять на восприятие собственной жизни, собственных чувств и окружающих людей в целом. Средние показатели были получены по шкалам: «осознание чувств и эмоций других людей» ($Mx=2,8$ балла), «управление чувствами и эмоциями других людей» ($Mx=2,1$ балла), а значит девочки-подростки способны выстраивать эффективные коммуникации с другими людьми. И если говорить о высоких показателях у девочек-подростков, то стоит отметить высокие показатели по таким шкалам, как: «осознание своих чувств и эмоций» ($Mx = 3,2$ балла) – а значит у девочек-подростков развитое самосознание и они способны комфортно и адекватно варьировать эмоц.всплески, способны полноценно проживать ту или иную эмоцию. Для подростков женского пола характерно: адекватная осведомленность об эмоциях и разных степенях реагирования на различные жизненные ситуации, они осознают роль эмоций в учебе, в отношениях, в общении в целом. Также стоит отметить, что из полученных данных следует то, что девочки-подростки имеют высокий уровень рефлексии, а значит у них хорошо развита интуиция, они способны предсказывать то, как окружающие реагируют на них, способны быстро решать конфликты.

Что касается мальчиков-подростков, то у них низкие показатели по трем шкалам – это «осознание своих чувств и эмоций» ($Mx = -1,7$ балла), а значит подростки мужского пола имеют низкую потребность в осознании и познании себя, не склонны к самоанализу и самонаблюдению, также низкий показатель по шкале «осознание чувств и эмоций других людей» ($Mx = -0,3$ балла) показывает, что мальчики-подростки имеют трудности с межличностным взаимодействием, плохо понимают чувства и эмоции других. Еще одна шкала с низкими значениями – это шкала «управление чувствами и эмоциями других людей» ($Mx = -1,1$ балла) – данный показатель свидетельствует о том, что подростки не обладают психологической гибкостью, ориентируются при спорных ситуациях лишь на свое мнение, на свои чувства, а эмоции и чувства, окружающих чаще всего уходят на второй план, часто предвзято относятся к другим людям.

Средние показатели были получены по шкале «управление своими чувствами и эмоциями» ($Mx = 1,4$ балла), а значит мальчики-подростки умеют контролировать свои эмоции в той или иной ситуации, несмотря на то, что таким подросткам тяжелее дается осознание собственных чувств и эмоций.

Распределение в процентном отношении по уровню развития эмоционального интеллекта представлено на Рисунок 2.

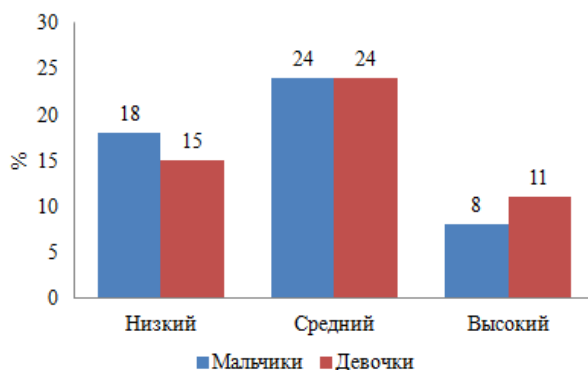


Рис. 2. Распределение по уровню эмоционального интеллекта среди подростков-девочек и подростков-мальчиков по результатам методики диагностики эмоционального интеллекта М.А. Манойловой, %

Анализ интегрального показателя по этой методике показал следующее: низкий уровень выявлен у 18 (18 %) мальчиков и 15 (15 %) девочек, средний уровень выявлен у 24 (24 %) мальчиков и 24 (24%) девочек, высокий уровень был выявлен у 8 (8 %) мальчиков и 11 (11 %) девочек.

Для выявления статически значимых отличий был проведен расчет U-критерия Манна-Уитни.

Результаты расчета средних значений U-критерия Манна-Уитни по результатам методики диагностики эмоционального интеллекта М.А. Манойловой представлены в таблице.

Таблица

Результаты расчета средних значений U-критерия Манна-Уитни по результатам методики диагностики эмоционального интеллекта М.А. Манойловой

Шкалы	Мальчики-подростки		Девочки подростки		U-критерий	p-level
	Mx	SD	Mx	SD		
Осознание своих чувств и эмоций	-1,7	7,6	3,2	5,8	789,0	0,001
Управление своими чувствами и эмоциями	1,4	6,8	0,5	6,5	1100,5	0,303
Осознание чувств и эмоций других людей	-0,3	6,9	2,8	6,4	866,5	0,008
Управление чувствами и эмоциями других людей	-1,1	6,7	2,1	5,7	917,5	0,022
Общий эмоциональный интеллект	-1,8	26,5	8,6	22,8	843,0	0,005

Из данной таблицы можно сделать следующие заключения: расчет критерия Манна-Уитни показал, что имеются статистически значимые различия между мальчиками-подростками и девочками-подростками по шкале «Осознание своих чувств и эмоций» ($U=789,0$ при $p \leq 0,001$), по шкале «Управление чувствами и эмоциями других людей» ($U=917,5$ при $p \leq 0,022$) по шкале «Осознание чувств и эмо-

ций других людей» ($U=866,5$ при $p \leq 0,008$), а также по шкале «Общий эмоциональный интеллект» ($U=843$ при $p \leq 0,005$).

Следовательно, мальчики-подростки способны распознавать свои собственные эмоции, а также эмоции других людей, но у девочек-подростков лучше развит показатель самосознания и помимо осознания своих чувств и эмоций, они также способны понимать эмоции окружающих людей. В то время, как мальчики-подростки не до конца осознают роль эмоций в учебе, в общении и не понимают того, что их эмоции могут влиять на окружающих – а значит мальчики имеют трудности в коммуникации. Что касается способности контролировать свои эмоции, то у мальчиков-подростков данный показатель выше, чем у девочек. Для девочек-подростков характерны эмоциональные «всплески». Девочки-подростки способны выстраивать положительное и комфортное общение, они приветливые и способны влиять на эмоции других людей.

Таким образом, опираясь на полученные в ходе исследования результаты, мы можем сделать вывод о том, что существуют особенности эмоционального интеллекта подростков в зависимости от пола.

Список литературы

1. *Жиркова И. М.* Подростковый возраст: психологические особенности и проблемы // Юриспруденция в современном мире: проблемы и перспективы. Тамбов: Академ. правовой ин-т, 2017. С. 12–15.
2. *Крайг Г., Бокум Д.* Психология развития. СПб.: Питер, 2018. 992 с.
3. *Медведева В. С., Ефимова О. С.* Сущность эмоционального интеллекта и особенности его формирования // Вопросы гуманитарных наук. 2021. № 3 (114). С. 106–108.
4. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: учеб. пособие / ред.-сост. Д. Я. Райгородский. Самара: БАХРАХ-М, 2020. 672 с.
5. *Чигарова Н. А., Иванова И. П.* Особенности эмоционального интеллекта у подростков // Современное образование: векторы развития в Год науки и технологий. Чебоксары: Чувашский гос. пед. ун-т им. И. Я. Яковлева, 2021. С. 708–712.

Научный руководитель – *Л. А. Юшкова*,
канд. психол. наук, доц. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

Рыжик Венера Михайловна

*студентка 2 курса, направление «Психолого-педагогическое образование»,
профиль «Психология образование», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
ryzhik.venera@mail.ru, г. Новосибирск, Россия*

ИССЛЕДОВАНИЕ ВОЛЕВОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ У ПОДРОСТКОВ

Аннотация. Успешность протекания учебной деятельности во многом зависит от развития волевых качеств подростка. Сформированность особых качеств волевой организации личности является одним из новообразований данного периода, поэтому важно уделять особое внимание развитию волевой сферы личности в процессе обучения и воспитания. В учебной деятельности наиболее важны волевые качества учеников, так как впереди их ждет множество ситуаций, например, экзамены, когда следует проявить свою волю и продемонстрировать навыки при подготовке и выполнении заданий. В статье приводятся результаты исследования сформированности волевой организации личности у подростков.

Ключевые слова: воля, волевая организация личности, подростковый возраст, ценностно-смысловая организация личности, организация деятельности, решительность, настойчивость, самообладание, самостоятельность.

Ryzhik Venera Mikhailovna

*2nd year Student, direction "Psychological and pedagogical education",
profile "Psychology education", Faculty of Psychology, Novosibirsk State
Pedagogical University ryzhik.venera@mail.ru, Novosibirsk, Russia*

STUDY OF THE VOLITIONAL ORGANIZATION OF PERSONALITY IN ADOLESCENTS

Abstract. The success of the course of educational activities largely depends on the development of the volitional qualities of a teenager. The formation of special qualities of the volitional organization of the personality is one of the new formations of this period. Therefore, it is important to pay special attention to the development of the volitional sphere of the individual in the process of training and education. In educational activities, the volitional qualities of the student are most important, since there are many situations ahead of them, for example, exams, when they should show their will and demonstrate skills in preparing and completing assignments. Thus, the article presents the results of a study of the formation of the volitional organization of personality in adolescents.

Keywords: will, volitional organization of personality, adolescence, value-semantic organization of personality, organization of activity, determination, perseverance, self-control, independence.

Воля непосредственно связана с действиями человека. Действия могут быть осознанными, саморегулируемыми и направленными на определенную цель. Однако не все действия можно считать волевыми. Так, С.Л. Рубинштейн считает борьбу мотивов при принятии решения основным показателем проявления волевых качеств [3]. Так как возникшее несоответствие между внутренними потребно-

стями и текущими условиями реальности требует от человека проявление волевого акта при принятии решения.

Подростковый возраст является сензитивным периодом для формирования воли. В этот период снижается контроль над собственными чувствами и эмоциями, что заставляет личность проявлять усилие воли в момент совершения какого-либо действия. То есть начинает формироваться саморегуляция в поведении [1].

В работе Ривеса особое внимание уделено именно формированию воли обучающихся в процессе обучения и воспитания. В процессе которых он выделил особо значимые – это выдержку, самообладание, стремление к цели. Однако он отмечает, что данные качества теряют свою значимость при отсутствии ценностно-смыслового аспекта. Так как активность обучающегося должна иметь определенную направленность, а действия исходить из соответствующей идейности [2]. Поэтому, при исследовании воли обучающихся, исключительное внимание следует уделять сформированности как отдельных волевых качеств, так и сформированности качеств в совокупности между собой.

В рамках представленной проблемы было проведено эмпирическое исследование, целью которого является исследовать ВОЛ у подростков. Согласно А.А. Хохлову волевая организация личности есть набор особенностей способов и путей преодоления препятствий у конкретного индивида. Структура которой состоит из следующих свойств:

1. Ценностно-смысловая организация личности, которая характеризует соответствие поведения личности ее ценностным и смысловым ориентациям, сформированные на данном этапе своего развития. Определяет ценности и смысл жизни, в частности смысл деятельности.

2. Организация деятельности. Обуславливает структуру дня, деятельности, жизни. Насколько личность способна отделять главное от второстепенного.

3. Решительность: умение не только реализовывать какое-либо действие, но и быстро принимать оптимальное решение в данных условиях.

4. Настойчивость: насколько личность имеет устойчивую линию поведения в различных ситуациях.

5. Самообладание. Характеризует способность сохранять контроль над собой, своими чувствами и эмоциями в критические моменты.

6. Самостоятельность. Отражает уровень независимости от влияния чужого мнения на личность при любых условиях, а также степень развития определенных умений и навыков, необходимых для достижения поставленной цели.

Организация и методы исследования.

Базой эмпирического исследования послужила средняя общеобразовательная школа №189, по адресу Выборная, 120.

Эмпирическая выборка составила 29 испытуемых, возраст испытуемых 14-16 лет.

Проведен анализ волевой организации личности у подростков. В приведенном эмпирическом исследовании, с помощью методики А.А. Хохлова, выявлены волевые качества, сформированные в большей степени, и те, которые требуют особого внимания.

Обработка полученных данных осуществлялась с помощью методов психодиагностического исследования, с расчетом процентного распределения и средних значений с применением компьютерной программы Excell.

Результаты.

При исследовании волевых свойств учащихся 14-16 лет мы определили, что по общему показателю у 86 % волевая организация личности развита в достаточной мере, у 13,8% – низкий уровень развития. Низкий уровень организации говорит о необходимости тренировки и развитии данных качеств. Результатов с высоким уровнем не обнаружено.

Однако у испытуемых существует большая разница между несколькими показателями. Так, например, у испытуемых №1 и №12 показатель самостоятельности имеет высокие значения 19 и 21 соответственно, однако по шкале ценностно-смысловой организации – низкие с 6 баллами. В результате чего, мы можем судить о высоком уровне независимости и стремлении достигать поставленной цели при относительном отсутствии смысловой составляющей.

Однако в результате исследования у одного из испытуемых по всем шкалам наблюдаются низкие значения. Показатели ценностно-смысловой организации равны нулю. В качестве рекомендации, в данном случае, важно уделить большое внимание самовоспитанию, которое заключается в осознании смысла деятельности, умении ставить и достигать цели, организовывать свой день, соответствовать в поведении своим установкам и проявлять независимость в своих суждениях. Что требует определенной работы над собой и выстраиванием новых линий поведения.

У 10 испытуемых наблюдаются высокие и средние значения по всем шести шкалам, что говорит о достаточном уровне сформированности волевой организации личности. Однако следует помнить, что при высоком уровне, без постоянной тренировки и подкрепления, данные свойства могут ослабнуть.

Данные по показателям волевой организации личности подростков представлены графически на рисунке 1.

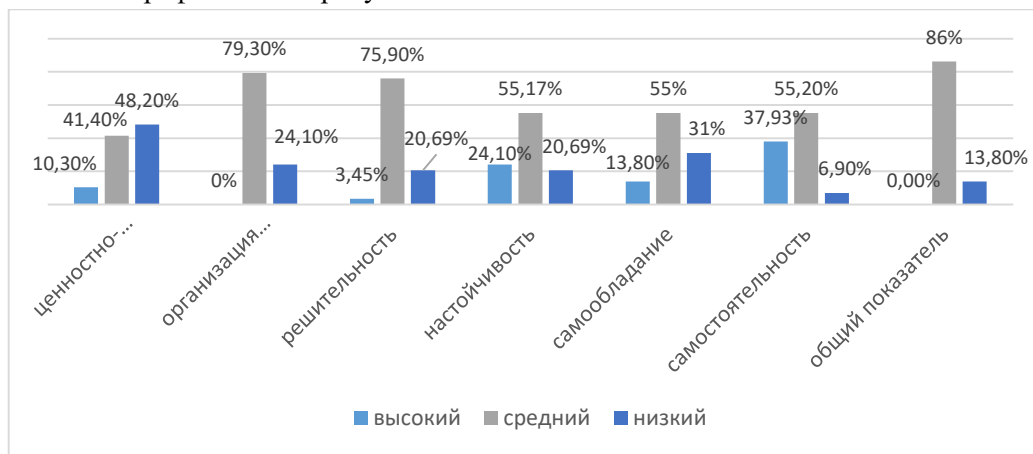


Рис. 1. Уровни развития волевых качеств

Как видно из рисунка, в выборке преобладает средний уровень развития волевых качеств по всем показателям, кроме ценностно-смыслового показателя, который имеет низкое значение (48,20%). Самый высокий уровень развития среди подростков 14-16 лет имеет такое волевое качество, как самостоятельность с 37,93%.

Таким образом можно выявить три шкалы с наиболее низкими значениями: ценностно-смысловая (48,20%), организация деятельности (24,10%) и шкала самообладания (31%). Данные показатели оказывают негативное влияние на успеваемость в учебной деятельности, являются основой для возникновения затруднений в социальной среде, а также могут вызывать внутренние конфликты и приводить к проблеме самооценки и самоценности. Особое внимание следует уделить развитию внутренних ориентиров, которые бы помогли структурировать и направить деятельность в соответствии с внутренним планом.

Основываясь на результатах, можно сказать, что в целом наблюдается достаточный уровень сформированности волевой организации личности. Показатель низкого и среднего уровня развития может говорить о трудностях, в связи с переходным этапом в жизни подростков, внутренних переживаниях, связанных с будущим и с самоопределением.

При изучении волевой организации личности, нами были составлены средние показатели по выборке, представленные на рисунке 2.

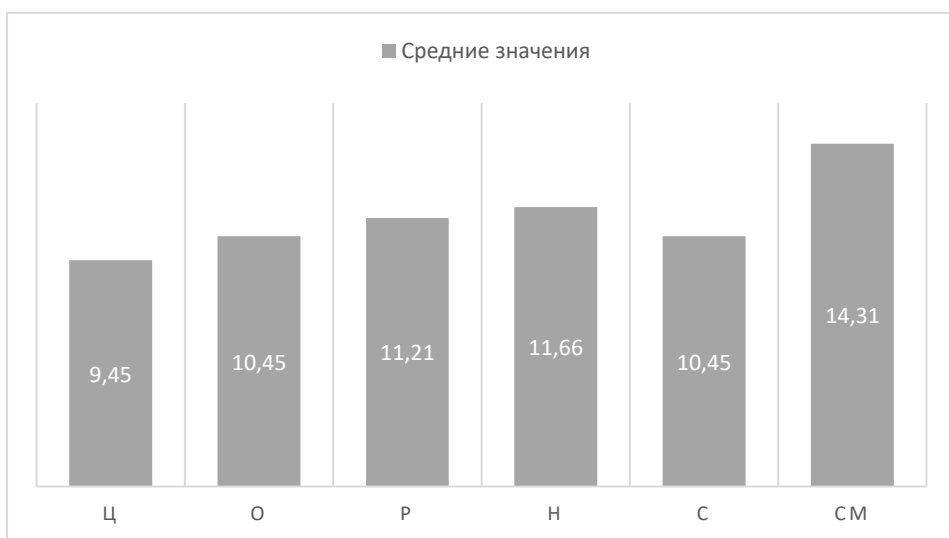


Рис. 2. Соотношение средних значений по каждому свойству

Как видно из рисунка 2, преобладающими являются такое волевое качество, как самостоятельность (14,31), наиболее близкие значения имеют шкалы настойчивости (11,66) и решительности (11,21). Одинаковые результаты получились по показателям организации деятельности и самообладания (10,45), а ценностно-смысловой уровень имеет значение ниже остальных (9,45).

Обсуждение результатов. Таким образом, проведенный анализ полученных данных позволяет говорить о том, что учащиеся 14-16 летнего возраста имеют в большинстве средний уровень развития волевой организации личности.

Все шкалы имеют приблизительно одинаковые значения. Однако ведущей в профиле волевых качеств является шкала «самостоятельность», т.е. учащиеся обладают знаниями как организовывать свою жизнь и имеют вполне сформированное и независимое мнение по поводу тех или иных обстоятельств. Несколько менее выражена шкала ценностно-смысловой организации. Это может говорить о несоответствии деятельности и жизни ценностным ориентирам.

Следовательно, можно сказать, что учащиеся в целом независимы во мнении, устойчивы в различных ситуациях, проявляют решительность в критические моменты.

Выводы.

1. Методика ВОЛ позволят оценить сформированность волевой организации у подростков по шести шкалам: ценностно-смысловая, организация деятельности, решительность, настойчивость, самообладание, самостоятельность.

2. Различия в сформированности ВОЛ позволяют охарактеризовать индивидуальные особенности развития, определить ведущие значения, выявить проблемные места и послужить диагностическим материалом для проведения соответствующих комплексных воспитательных мер.

Список литературы

1. *Прилепских О. С.* Особенности воли и волевых качеств личности в подростковом возрасте // Проблемы современного педагогического образования, 2019. № 1. С. 314–317.
2. *Ривес С. М.* Воспитание воли учащихся в процессе обучения. М.: Изд-во АПН РСФСР, 1958. 222 с.
3. *Рубинштейн С. Л.* Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2002. 720 с.

Научный руководитель – *С. Е. Мухина*,
канд. психол. наук, доц. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

Рябченко Лилия Геннадьевна

*студентка 5 курса, направление «Психолого-педагогическое образование»,
профиль «Психология образования», факультет психологии, Новосибирский
государственный педагогический университет, lilitihonova@mail.ru,
г. Новосибирск, Россия*

ВЗАИМОСВЯЗЬ АГРЕССИВНОСТИ И САМООЦЕНКИ У СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ

Аннотация. В работе обозначены предпосылки исследования взаимосвязи агрессивности и самооценки. Рассмотрены общие теоретические аспекты взаимосвязи самооценки и агрессивности. Приведены данные более ранних исследований по тематике, описывающей взаимосвязь самооценки и агрессивности. Описаны результаты исследования по данной проблеме с позиции исследований. Представлены результаты эмпирического исследования взаимосвязи уровня агрессивности и самооценки у выборки из восьмидесяти человек. Установлено, что агрессивность и ее составляющие параметры связаны с самооценкой подростка. Более высокую самооценку имеют старшие подростки, склонные к проявлению физической агрессии. Дана интерпретация полученных эмпирических данных. Возможная обусловленность реалиями подростковой среды, где физическое воздействие на сверстников с большой долей вероятности эффективно обеспечивает утверждение в социальной среде сверстников.

Ключевые слова: агрессивность, подростки, самоотношение, самоуважение, социальная среда.

Ryabchenko Lilia Gennadievna

*5th year Student, direction "Psychological and pedagogical education",
profile "Psychology of Education", Faculty of Psychology, Novosibirsk State
Pedagogical University, lilitihonova@mail.ru, Novosibirsk, Russia*

RELATIONSHIP OF AGGRESSIVENESS AND SELF-ATTITUDE IN OLDER ADOLESCENTS

Abstract. This paper outlines the prerequisites for studying the relationship between aggressiveness and self-esteem. The general theoretical aspects of the relationship between self-esteem and aggressiveness are considered. The data of earlier studies on the topic describing the relationship between self-esteem and aggressiveness are presented. The results of the study of the given problem are described from the perspective of research. The results of an empirical study of the relationship between the level of aggressiveness and self-esteem in the analysis of the results of a survey of a sample of eighty people are presented. It has been established that aggressiveness and its constituent parameters are associated with a teenager's self-esteem. Older teenagers who are prone to physical aggression have higher self-esteem. An interpretation of the obtained empirical data is given. Possible conditionality of the realities of the adolescent environment, where the physical impact on peers with a high degree of probability quite effectively ensures approval in the social environment of peers.

Keywords: aggressiveness, adolescents, self-attitude, self-respect, social environment.

Социокультурное пространство наполнено большим количеством примеров информации о проявлениях агрессии на самых разных уровнях. Между тем, ощущение безопасности является принципиально важным для создания ощущения

социального благополучия в нестабильном социуме [5]. Одним из способов повышения ощущения социального благополучия является снижение проявлений агрессии.

В результате выраженного интереса со стороны ученых к теме агрессивности появилось большое количество определений агрессии. Достаточно удачно оформил в единую систему это знание Л. Берковиц. Данный автор выделил две важнейших составляющих данного явления. Первое это причинение вреда физического или психологического. Второе – вышеупомянутое действие, которое выполняется целенаправленно [2].

Проблемы самооценки вызывают не меньший интерес среди ученых, в результате имеется не только большое количество определений, но и большое количество концепций понимания самооценки. В данной работе используется термин самоотношение, т.к. он совпадает с терминологией, используемой в диагностической методике. Хотя по сущности, самооценка и самоотношение термины тождественные. Одним из самых удачных вариантов, является понимание «самоотношения» как различий между идеальным образом себя и реальным образом себя. В результате, чем больше разница между этими двумя составляющими, тем ниже общий уровень самоотношения и человек более склонен к негативным реакциям в отношении себя.

Схожей тематикой можно выделить несколько публикаций. В частности, Н. А. Скабелина занималась изучением взаимосвязи уровня агрессивности и уровня самооценки. Данный автор, в рамках своего исследования на примере выборки из 40 испытуемых, выделил наличие слабой прямой взаимосвязи между самооценкой и агрессивностью. Чем выше уровень самооценки, тем выше уровень агрессивности. Так же автор отмечает, что при повышении уверенности в себе повышается склонность к вербальной агрессии.

В работе Я. Д. Шубко, автор рассматривает взаимосвязь самооценки и агрессивности у младших подростков. Для анализа разделяет испытуемых на группу с низкой самооценкой и группу с высокой самооценкой и далее анализирует их по отдельности. Автор делает вывод, что чем выше самооценка, тем выше уровень агрессивности, данный вывод актуален для группы испытуемых с высокой самооценкой. К схожим выводам автор приходит при анализе подростков с низкой самооценкой. Чем ниже уровень самооценки, тем выше уровень агрессивности. Прорезюмировать выводы данного автора можно следующим образом. При отклонении самооценки от средних показателей (неадекватно занижен или неадекватно завышен), тем выше показатели общей агрессии и различных ее составляющих [4].

В работе Д. Д. Акбаевой и Р. К. Хабовой описывается взаимосвязь уровня самооценки и уровня агрессивности в подростковом возрасте. В данном исследовании приняло участие 20 человек, в возрастной группе от 18 до 20 лет. Данное исследование проводилось с разделением испытуемых на две группы, первая группа укомплектована испытуемыми с высокой самооценкой, а вторая испытуемыми с низкой самооценкой. В каждой группе проводилась оценка уровня агрессивности.

Авторы делают следующий вывод, что у респондентов с низкой самооценкой наблюдается увеличение всех видов агрессивности. В ходе корреляционного анализа выявлена положительная взаимосвязь самооценки и агрессивности [1].

Для проведения исследования использовано две диагностических методики. Для диагностики агрессивности – Басса-Перри (BPAQ). Для диагностики уровня самоуважения – шкала самоуважения М. Розенберга (RSES).

В исследовании приняли участие 80 испытуемых. Выборка состояла из 40 испытуемых мужского пола и 40 испытуемых женского пола. Возраст испытуемых от 15 до 17 лет, что соответствует старшему школьному возрасту, исходя из периодизации Д. Б. Эльконина. Выборка формировалась из всех доступных испытуемых, без специального отбора.

Анализ данных проводился средствами корреляционного анализа. Использован непараметрический критерий ранговой корреляции г-Спирмена. Это обусловлено отличающимся от нормального распределением данных и количеством связанных рангов менее 10%.

В ходе работы с полученными результатами было выявлено, что среднее арифметическое значение по результатам использования диагностических методик, авторами самих методик классифицируется как «умеренное» или «среднее», что является косвенным признаком достоверности полученных данных.

Результаты применения непараметрического анализа ранговой корреляции г-Спирмена приведены в таблице.

Таблица

Результаты применения непараметрического критерия г-Спирмена, с целью выявления значимых взаимосвязей

Взаимосвязи	г-Спирмена	Ур. знач. (p)
«Общий показатель» и «RSES»	-0,44	0,001
«Физическая агрессия» и «RSES»	0,66	0,001
«Гнев» и «RSES»	-0,64	0,001
«Враждебность» и «RSES»	-0,6	0,001

В результате проведенного корреляционного анализа для сочетаний параметров «Общий показатель» и «RSES», «Физическая агрессия» и «RSES», «Гнев» и «RSES», «Враждебность» и «RSES» выявлены статистически значимые взаимосвязи. Полученные результаты наглядно представлены на корреляционной плеяде (рисунок).

В ходе математической обработки данных выявлены четыре умеренные по силе взаимосвязи. Одна взаимосвязь является прямой, три взаимосвязи являются обратными.

Первая взаимосвязь, выявленная в ходе математической обработки. Взаимосвязь между данными методики «RSES» и «Общий показатель» агрессивности. Значение $r=-0,44$ и значение $p=0,001$. Данная взаимосвязь является умеренной по силе и отрицательный по направлению. Т.е. при высоких значениях «Общего показателя» агрессивности, снижается значение по данным методики «RSES». В обратном порядке взаимосвязь работает аналогично. Можно сказать, что люди

с низким уровнем самоуважения, склонны к действиям целью которых является причинение вреда другим индивидам. Подобные ситуации можно объяснить тем, что через агрессию индивиды стремятся улучшить своё социальное положение и как следствие улучшить самоотношение.

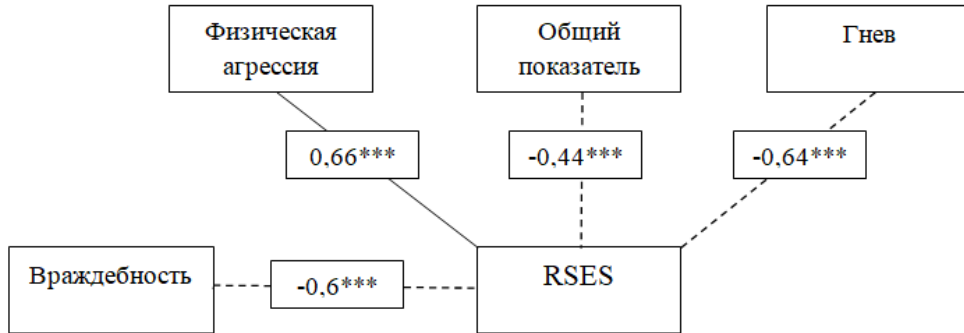


Рис. Корреляционная плеяда значимых взаимосвязей между характеристиками, отражающими агрессивность и самоуважение

Примечание: *** уровень значимости (p) 0,001

Вторая взаимосвязь, между параметрами, отражающими «Физическую агрессию» и результатами использования методики «RSES». Значение $r=0,66$ и значение $p=0,001$. Взаимосвязь является умеренной по силе и прямой по направлению. При увеличении параметров методики «RSES», испытуемые демонстрируют более высокие результаты по параметру «Физическая агрессия». Увеличение одного параметра увеличивает и другой параметр. Можно сказать, что индивиды склонные причинять физический вред окружающим, чаще относятся к самим себе с большим уважением.

Третья взаимосвязь, между параметрами, отражающими «Гнев» и результатами использования методики «RSES». Значение $r=-0,64$ и значение $p=0,001$. Подобный результат указывает на умеренную по силе и отрицательную по направлению взаимосвязь. При увеличении значений по результатам использования методики «RSES», снижаются показатели по параметру «Гнев». Данная взаимосвязь работает и в обратном порядке. Можно сказать, что люди склонные к демонстрации резко негативных эмоций, чаще всего не склонны высоко оценивать свои параметры.

Четвертая взаимосвязь, между параметрами «Враждебность» и «RSES». Значение $r=-0,6$ и значение $p=0,001$. Подобный результат указывает на умеренную по силе и отрицательную по направлению взаимосвязь. При увеличении значений по результатам использования методики «RSES», снижаются показатели по параметру «Враждебность». Данная взаимосвязь работает и в обратном порядке. Можно сказать, что люди склонные к негативному настрою в отношении окружающих, чаще всего склонны низко оценивать свои характеристики.

Полученные результаты обладают высокой надёжностью, что обусловлено уровнем значимости $p \leq 0,001$.

Проведенное исследование показало, что агрессивность и её отдельные параметры связаны с самооценкой и её отдельными параметрами. Более высокую самооценку имеют старшие подростки склонные к проявлению физической агрессии. Можно предположить, что это напрямую связано с реалиями подростковой среды, где физическое воздействие на сверстников с большой долей вероятности достаточно эффективно обеспечивает продвижение по социальной лестнице.

Полученные данные открывают достаточно широкие возможности для междисциплинарных исследований. Дальнейшее развитие данного исследования, подразумевает расширение и повышение репрезентативности выборки испытуемых. Это позволит существенно увеличить надежность полученных результатов, сведя погрешности к минимуму.

Помимо исследовательских перспектив, становится возможной разработка психокоррекционной методики, которая позволила бы реализовать полученное в ходе исследования знание. Обеспечивая коррекцию уровня агрессивности через воздействие на самооценку индивидов.

Список литературы

1. Акбаева Д. Д., Хабова Р. К. Эмпирическое исследование психологических особенностей влияния самооценки на проявление агрессии в подростковом возрасте // Психолого-педагогические проблемы современного образования: пути и способы их решения: сб. материалов V Междунар. науч.-практ. конференции. М.: Парнас, 2022. С. 589–595.
2. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль: лучший в мире учебник по психологии агрессии. СПб.: Прайм-Еврознак, 2007. 510 с.
3. Скабелкина Н. А. Влияние уровня самооценки на проявление агрессивности подростков // Скиф. 2018. № 8 (24). С. 18–23.
4. Шубко Я. Д. Взаимосвязь самооценки и агрессивности у младших подростков // Психологическая студия: сб. науч. статей студентов, магистрантов, аспирантов, молодых исследователей кафедры психологии ВГУ имени П. М. Машерова. Т. 15. Витебск: 2022. С. 244–245.
5. Щекотин Е. В. Качество и уровень жизни: единство и различие в определении // Социально-гуманитарные знания. 2013. № 6. С. 126–132.

Научный руководитель – Т. В. Гудкова,
канд. психол. наук, доц. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

Рядинская Анастасия Сергеевна

студентка 5 курса, специальность «Педагогика и психология девиантного поведения», специализация «Психолого-педагогическая профилактика девиантного поведения», факультет психологии, Новосибирский государственный педагогический университет, г. Новосибирск, Россия

Белобрыкина Ольга Альфонсасовна

кандидат психологических наук, доцент, профессор кафедры социальной психологии и виктимологии, факультет психологии, Новосибирский государственный педагогический университет, belobr@mail.ru, г. Новосибирск, Россия

**ПРОБЛЕМА КУЛЬТИВАЦИИ ПСЕВДОПРОФЕССИОНАЛИЗМА
В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ
(НА МАТЕРИАЛЕ АНАЛИЗА ПОСОБИЯ Т. М. ГРАБЕНКО
И Т. Д. ЗИНКЕВИЧ-ЕВСТИГНЕЕВОЙ «КОРРЕКЦИОННЫЕ,
РАЗВИВАЮЩИЕ И АДАптиРУЮЩИЕ ИГРЫ»)**

Аннотация. В статье обсуждаются вопросы профессионализма и профессиональной культуры специалистов психолого-педагогических направлений деятельности в отношении использования ими методического материала, рекомендуемого к применению в работе с детьми и взрослыми. На примере анализа качества содержания методического пособия «Коррекционные, развивающие и адаптирующие игры» показано, что обращение специалистов к подобным изданиям и применение их на практике без должной рефлексии предлагаемых материалов повышает риск роста псевдопрофессионализма.

Ключевые слова: профессионализм, профессиональная культура, экспертная оценка, методическое пособие, псевдопрофессионализм.

Ryadinskaya Anastasia Sergeevna

5th year Student, specialty "Pedagogy and psychology of deviant behavior", specialization "Psychological and pedagogical prevention of deviant behavior", Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia

Belobrykina Olga Alfonsasovna

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Professor of the Department of Social Psychology and Victimology, Faculty of Psychology, Novosibirsk State /Pedagogical University, belobr@mail.ru, Novosibirsk, Russia

**THE PROBLEM OF CULTIVATION OF PSEUDO-PROFESSIONALISM
IN PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL PRACTICE (BASED ON THE
ANALYSIS OF THE MANUAL BY T. M. GRABENKO
AND T. D. ZINKEVICH-EVSTIGNEEVA "CORRECTIONAL,
DEVELOPING AND ADAPTING GAMES")**

Abstract. The article discusses the issues of professionalism and professional culture of specialists in psychological and pedagogical areas of activity in relation to the use of methodological material recom-

mended for use in working with children and adults. An example of the quality analysis of the content of the methodological manual «Corrective, Developing and Adapting Games» shows that the appeal of specialists to such publications and their use in practice without proper reflection of the proposed materials increases their risk of growing pseudo-professionalism.

Keywords: professionalism, professional culture, expert assessment, methodological manual, pseudo-professionalism.

Проблема профессионализма не теряет своей актуальности до настоящего времени, причем ее разрешение неразрывно связано с вопросами становления профессиональной культуры, проявляющейся в профессиональной компетентности субъекта труда, его готовности к саморазвитию и самосовершенствованию, способности к профессиональной рефлексии, к адекватному анализу и оценке профессионально-этических проблем, к принятию самостоятельных решений в реализации профессиональных функций и задач. Несмотря на значительные достижения в теории и практике профессионального развития личности, в последние годы все чаще звучит тематика непрофессионализма, причем наиболее остро она обсуждается в отношении специалистов психолого-педагогических направлений деятельности.

По определению А.К. Марковой, непрофессионализм (псевдопрофессионализм) проявляется в том, что внешне человек может демонстрировать достаточно активную трудовую деятельность, однако его становление как профессионала сопровождается рядом деформаций. Это проявляется, например, в том, что человек выполняет неэффективную или не соответствующую профессиональным, этическим требованиям деятельность, либо осуществляет внешне бурную трудовую деятельность, маскируя ею отсутствие профессионализма; либо когда специалист исходит из ошибочных или дефектных нравственных, профессионально-этических «ориентиров, преследуя, например, узколичные цели индивидуального преуспеяния в ущерб другим людям» [9, с. 204].

Особого внимания заслуживают сфера современного образования и различные виды «помогающих» практик (социально-психологическая, социально-педагогическая, психолого-педагогическая, психологическая и пр.), в которых тенденция распространенности псевдопрофессионализма увеличивается в последние десятилетия [1; 2; 10; 11; 15]. Значимость решения проблемы повышения профессиональной культуры обусловлена, в том числе, возрастанием роли экспертной деятельности.

Согласно «Концепции развития психологической службы в системе образования в Российской Федерации на период до 2025» экспертной оценке подвергаются: профессиональная деятельность специалистов образовательных учреждений, разрабатываемые или рекомендуемые к реализации образовательные проекты и программы, методические, учебные и дидактические пособия. При этом экспертиза методического обеспечения должна учитывать их согласованность с возрастными, психофизиологическими особенностями, склонностями, способностями и интересами [6].

На наш взгляд, психолого-педагогическая экспертиза в современных условиях должна выступать одним из приоритетных направлений в деятельности психолога и других специалистов психолого-педагогического профиля, являясь информативным показателем их профессиональной культуры. Это объясняется тем, что в настоящее время рынок психологической продукции все больше и больше пополняется различными изданиями научного, методического и популярного характера, многие из которых, к сожалению, не всегда соответствуют научности, этичности, корректности и адекватности, но являются довольно распространенными и востребованными в психолого-педагогической практике – при организации мероприятий по профилактике, сопровождению, коррекции и т.п. с детьми, имеющими различные проблемы в психологическом, речевом, поведенческом и иных направлениях развития. Поэтому важно, чтобы и сам специалист предъявлял особые требования (научность, предметная адекватность, корректность, этичность и пр.) к содержанию и качеству используемого им методического материала.

В качестве примера акцентируем внимание на достаточно популярных авторах, от работ которых пестрит Интернет, широко рекламируя их¹, и которые активно используются как студентами, так и специалистами психолого-педагогического профиля (психологи, дефектологи, социальные педагоги, логопеды и др.) в своей научной и практической деятельности, судя, в том числе, и по отзывам на различных форумах и маркетплейсах (<https://clck.ru/34CSxb>; <https://clck.ru/34CSyr>; https://vk.com/wall-44155346_25309; <https://www.labyrinth.ru/authors/52828/>), и по представленности в программах учебных дисциплин психолого-педагогического и методического цикла, реализуемых в учреждениях среднего и высшего образования², в методических рекомендациях разного уровня ПМПК для педагогов и родителей.³ Для экспертной оценки было избрано методическое пособие «Коррекционные, развивающие и адаптирующие игры» под авторством Т. Н. Грабенко и Т. Д. Зинкевич-Евстигнеевой. Книга была выпущена в 2002 г. и переиздана в 2004 г. Санкт-Петербургским издательством «Детство-пресс». Тираж издания насчитывает более 4000 экземпляров. Наряду с этим данную книгу достаточно легко обнаружить на просторах сети интернет (например, пособие можно скачать с сайтов: bookap.info, klex.ru, vk.com, ibcats.org; bookree.org и др.), что упрощает возможность ознакомления с ее содержанием для любого пользователя. Примечательно, что давность выхода работы не снизила ее востребованности у современного читателя – и профессионалов, и обывателей. Так, в социаль-

¹ Школьному психологу [Электронный ресурс]. URL: <https://infourok.ru>; Дошкольное образование [Электронный ресурс]. URL: <https://infourok.ru>; <https://infourok.ru>; <https://www.cka3ka-miks.com> и т. п.

² <https://irkpo.ru/www/media/index/90bbc931-012e-eb11-bcb0-b4b52f678f1e>; <https://www.hse.ru/data/2019/01/24>; https://infoneeds.kubsu.ru/infoneeds/file_export.do?fid=4992662; http://shgpi.edu.ru/work_programms/bvdv; <https://www.sfu-kras.ru/files/ИППС/ОЗО>; и др.

³ *Бейсова В. Е.* Психолого-медико-педагогический консилиум и коррекционно-развивающая работа в школе: практ. пособие. Ростов н/Д: Феникс, 2008. 283 с.; *Резникова Е. В., Шевчук Л. Е.* Психолого-медико-педагогический консилиум в общеобразовательной школе: метод. рекомендации. Челябинск: Образование, 2010. 148 с. и др.

ной сети «ВКонтакте» данное пособие позиционируется на некоторых публичных страницах как «умные книги родителю и педагогу», «замечательные книги по сказкотерапии» (<https://clck.ru/34CSxM>; <https://clck.ru/34CSx5>). На наш взгляд, именно этим обусловлена такая распространенность и востребованность работ данных авторов вплоть до настоящего времени.

В связи с широкой распространенностью, доступностью и востребованностью книг указанных авторов сразу же возникает вопрос: соответствует ли данное пособие требованиям, предъявляемым к содержанию методического обеспечения деятельности педагогов, психологов, специалистов реабилитационных и коррекционных центров, на которых ориентирована данная работа, а также правомерно ли использовать данный материал лицам, не имеющим психологического или педагогического образования, к примеру, родителям, которые также указываются авторами в качестве адресной группы?

В разделе «Об авторах» указан достаточно обширный перечень званий и профессиональных достижений. Так, Т. Н. Грабенко позиционируется как «сурдопедагог, дефектолог, логопед, игротерапевт. Ведущий сотрудник Института сказкотерапии, победитель различных конкурсов педагогического мастерства, лауреат Премии мэра г. Санкт-Петербурга, преподаватель Международного университета семьи и ребенка им. Р. Валленберга, а также автор уникальных программ» (с. 63). Ко всему прочему, на сайте психологической газеты указывается кандидатская степень в области педагогики; Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева представляется как «доктор психологии, сказкотерапевт, автор психолого-педагогической технологии «Комплексная сказкотерапия», преподаватель Института специальной педагогики и психологии, ректор Института сказкотерапии» (с. 63). Несмотря на данный перечень, попытки найти какую-либо информацию в каталоге РГБ и ВАК о диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук Т. Н. Грабенко не увенчались успехом, так же, как и диссертации на соискание ученой степени кандидата или доктора психологических наук Т. Д. Зинкевич-Евстигнеевой. Информативно, что Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева позиционирует себя как «доктор психологии», но в Российской Федерации такой научной степени нет [13]. В попытках найти информацию о диссертации на соискание ученой степени доктора психологии (PsyD) мы также не преуспели, так как ее попросту нет в таких открытых каталогах, как NDLTD (The Networked Digital Library of Theses and Dissertations), OATD (Open Access Theses and Dissertations) и др. [21]. Сомнения в достаточной квалификации данного автора вызывает и статус «преподавателя», а не «профессора» при наличии докторской степени [12]. Следовательно, можно полагать, что состоятельность научного статуса и компетентность специалистов (несмотря на обширный послужной список) весьма сомнительны.

Вместе с тем, указание на наличие у авторов ученых степеней и званий создает у читателя впечатление о том, что книга написана компетентными специалистами. Важно и то, что метод песочной терапии (заявленный в книге как метод коррекции, развития и адаптации, только авторы не заявляют, чего и к чему) известен еще со времен становления Юнгианской школы психотерапии и в мировой

практике используется достаточно широко. Это свидетельствует о том, что методическое пособие предполагает наличие профессионального уровня и может быть рекомендовано к использованию специалистам психолого-педагогического профиля и родителям. Но, насколько это отражает реальное качество предлагаемого методического материала? Специалистам психолого-педагогического профиля важно помнить, что именно пользователь несет ответственность за то, каким материалом он пользуется и какие в итоге будут последствия – это один из основных этических принципов, позволяющих регулировать бесконтрольное и неквалифицированное использование психологических знаний и технологий [20].

Обложка книги – это первое, на что обращает свое внимание читатель, когда выбирает литературу. Говоря житейским языком: «Человека встречают по одежке, а книгу – по обложке» [8]. У обложки методического пособия (Рисунок) преобладающий цвет – голубой. Если мы обратимся к психологическому значению цвета, то обнаружим, что голубой – является одним из множества оттенков синего, который, в свою очередь, интерпретируется как «активный, ищущий разум, интеллект» [7, с. 61]. В центре обложки расположен «Земной шар», а в нижнем левом углу изображение логической игры «Крестики-Нолики». Держа эту книгу в руках, складывается впечатление – самый настоящий школьный задачник. Но, несмотря на кажущуюся со стороны проработанность материала, даже строгость в некоторой степени, возникает закономерный вопрос: причем тут песочная игротерапия? Ни в названии, ни в обложке это не отражается, а, значит, что читателю придется подробнее знакомиться с содержанием книги.



Рис. Лицевая сторона обложки методического пособия

Жанр издания: методическое пособие, цель которого не описывается четко и ясно, но из написанного во введении можно понять, что целью «является помощь в комплексном развитии личности ребенка при помощи игры, которая ему знакома. А также помощь в обучении и коррекции умственно отсталых людей» (с. 2). К сожалению, формулировки в книге обозначены не совсем корректно, к примеру, «коррекция умственно отсталых людей» звучит не профессионально, к тому же о соблюдении этического принципа благополучия клиента нет и речи [20]. Точнее было бы указать «коррекционные занятия для детей (людей) с умственной отсталостью», ведь коррекционные мероприятия направлены на диагностированное отклонение в развитии, а не на исправление всего человека. К тому же, не совсем ясно, что авторы понимают под «комплексным развитием личности ребенка», так как содержательного определения этого понятия в тексте не представлено.

Инициатором издания, исходя из информации, расположенной на титульном листе, являлся Международный университет семьи и ребенка им. Р. Валленберга (ныне ЧОУ ВО «Институт специальной педагогики и психологии»), где преподавали и Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, и Т.Н. Грабенко. Научным редактором издания обозначена ректор указанного университета, доктор биол. наук, профессор Л.М. Шипицина. Это, с одной стороны, ориентирует читателя на высокий научно-методический статус работы. Однако, с другой стороны, информация о том, что регистрация данного образовательного учреждения была признана ошибочной по решению регоргана (государственная аккредитация приостановлена в связи с неоднократными нарушениями требований законодательства и несоответствия содержания и качества подготовки обучающихся) [17], вызывает сомнения в качестве методического пособия.

Для работ научного и методического характера требование к профессиональной оценке перед публикацией является обязательным. В методическом пособии указаны два рецензента – это доцент факультета психологии СПбГУ, канд. психол. наук. О. В. Защирина (ныне доктор психологических наук, что подтверждает архив РГБ и ВАК, где расположена диссертация на соискание ученой степени доктора психологических наук) и доцент Института специальной педагогики и психологии (являющегося структурным подразделением Международного университета семьи и ребенка им. Р. Валленберга) Л. А. Нисевич, который, по данным сети интернет, является хирургом высшей категории Московского клинического научно-практического центра им. А. С. Логинова и Отделения клинической маммологии и реконструктивно-пластической хирургии молочной железы МКНЦ им. А. С. Логинова, по сути, не имеющим соответствующей компетентности по тематике рецензируемого им методического материала. В связи с этим, мы постарались найти в открытом доступе рецензии на данное пособие, но это оказалось также безуспешным, поэтому достоверность информации о том, что содержащиеся в книге материалы действительно были проанализированы и оценены данными рецензентами, остается под вопросом, тем более что в большинстве работ данных авторов рецензенты попросту отсутствуют [10; 15].

Адресная группа: педагоги, психологи и родители, которых, как видим, автор приравнивает к единой области профессиональной практики, что неправомерно, так как каждая категория обозначенных пользователей обладает разным уровнем допустимой компетентности. Отсутствие каких бы то ни было ограничений в применении данного пособия неоднократно повышает риск нарушения основного этического принципа «не навреди».

Структура работы: в пособии имеется содержание, что упрощает работу с изданием. Книга начинается с введения («От авторов» (с. 3-6)) и далее делится на две части (Часть I. Песочная игротерапия. Коррекционные и развивающие игры с дошкольниками (с. 7-35); Часть II. Обучение и коррекция умственно отсталых молодых людей. Адаптирующие игры (с. 46-63)). В свою очередь, первая часть книги имеет три главы (Обучающие игры (с. 15-19); Познавательные игры (с. 24-28); Проективные игры (с. 28-36)), а вторая часть не содержит глав, только два подпункта (Индивидуальные игры с пуговицами и спичками (с. 47-53); Групповые игры с бытовыми предметами (с. 53-63)). Далее указан список литературы и сведения об авторах («Об авторах»).

Введение как таковое отсутствует, в данном случае его аналогом мы будем рассматривать раздел «От авторов». Собственно, важные составляющие введения, такие как актуальность работы и прикладная ориентация материала описываются, но неубедительно: «Многие родители часто задают себе и специалистам вопрос: «Когда начинать учить ребенка?» Одни говорят – еще в утробе матери; другие – не учите вообще, школа научит; третьи посоветуют отдать вашего любимца в руки грамотных специалистов, как только он начнет ходить и говорить. Сделать выбор непросто» (с. 3), а также используются неадекватные сравнения, к примеру, процесс сепарации сравнивается с известной религиозной достопримечательностью: «Кирпичик за кирпичиком, растет и крепнет «Стена Плача», отделяя и отдаляя миры Ребенка и Взрослого» (с. 4). Примечательна и крылатая фраза: «Язык нам дан для того, чтобы скрывать свои мысли» (с. 10), впрочем, авторы несколько исказили ее, так как звучит она иначе: «Язык дан дипломату для того, чтобы скрывать свои мысли» [17] и тогда становится не совсем понятно ее употребление в контексте «маленького человека, словарный запас которого не дает ему возможности рассказать взрослому о своих переживаниях» (с. 10). Какие-либо специфические требования (к квалификации специалиста, возрастному развитию ребенка, безопасности и т.д.) при использовании методического материала не предъявляются, хотя, к примеру, в пособии для адаптации детей с умственной отсталостью рекомендуются игры со спичками, что является крайне опасным занятием и требует пристального внимания взрослых. А единственная рекомендация авторов по этому поводу – это «...в умелых и ловких руках они становятся прекрасным тренажером» (с. 51).

Первая часть книги повествует об обучающих целях игр с песком. По словам авторов, в этом направлении «...возможности песка до недавнего времени практически не использовались. Чтобы заполнить этот пробел, нами и была создана система песочных игр, направленная на обучение и развитие личности в це-

лом» (с. 5). Вместе с тем, авторы научно не обосновывают данный метод и приписывают авторство себе (хотя это далеко не соответствует действительности [18]), тогда как хотя во «введении» была предпринята попытка сослаться на мнение К. Юнга и М. Ловенфельд – основателей теории и метода песочной терапии, но в списке литературы работ данных авторов не числятся, что, по нашему мнению, лишь создает видимость научной обоснованности, а в реальности указывает на игнорирование авторства идеологов песочной терапии. В противном случае Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева и Т. Н. Грабенко бы знали, что оригинальный рекомендуемый размер поддона с песком – 49,5x72,5x7 см [18], а не заявленный ими «...50x70x8 сантиметров» (с. 8). Впрочем, источник, на который бы ссылались авторы не представлен, что еще раз говорит о их пристрастии к несоблюдению культуры научного цитирования.

В профессиональном сообществе доподлинно известно, что песочная терапия – это психоаналитический метод, который авторы почему-то предлагают применять не только психологам, но и «педагогам, и родителям» (с. 28), что является неправомерным. Во-первых, педагоги и родители не имеют специального и достаточно глубокого психологического образования, а, во-вторых, психолог, работающий в образовательной системе, согласно этическому принципу компетентности, попросту не имеет права проводить психотерапевтическую технику, включая психоанализ, тем более что данная функция не имеет своего отражения в профессиональном стандарте педагога-психолога [14].

Нельзя не отметить авторское стихотворное сопровождение отдельных игр. Подбор некоторых рифм, точнее их отсутствие, вызывает недоумение: «не пугает даже дождь нас тропический... как бамбук, под ним растем и до солнца достаем – удивительно!» (с. 25); «Даря вновь и вновь всем мир и (любовь). И, радуясь, дальше летели. Очень важный дар от фей вслух не прочитался» (с. 19). Смысл некоторых стихотворений поражает и вызывает сомнение в профессиональной пригодности авторов к методической работе: «Игрушек маленьких набор возьмем в игру... подобно Богу. Мы создадим свой Мир чудес, пройдя Познания дорогу» (с. 8).

Вторая часть издания посвящена «Обучению и коррекции умственно отсталых молодых людей» (с. 46), хотя в самом тексте данной части молодые люди с умственной отсталостью ни разу не упоминаются, а говорится о детях, причем с возможностью использования данных игр для тех, кто не имеет нарушений в развитии. В этом разделе представляются игровые упражнения (направленные на коррекцию и развитие сенсорно-перцептивной сферы (ощущение и восприятие); игры, направленные на коррекцию и развитие психомоторной сферы (мимика, моторика рук, общая координация движений); игры, направленные на развитие эмоционально-волевой сферы, на развитие произвольного внимания и памяти, на развитие коммуникативных навыков (навыки общения). Однако, авторы методического пособия никак не обозначают, что при отборе содержания для проведения занятий специалистам важно учитывать год обучения, уровень развития и возможности детей. Несмотря на то, что структура нарушений в интеллектуальном

развитии может являться типичной, в каждом конкретном случае она все же индивидуальна. К примеру, у одного ребенка наряду с познавательной деятельностью могут наблюдаться и нарушения моторики, а у другого – это может быть внимание, у третьего – практическая деятельность [5]. Заявленные в пособии игры, по мнению Т. Д. Зинкевич-Евстигнеевой и Т. Н. Грабенко, помогут в воспитании и социальной адаптации умственно отсталых детей и молодых людей, но не конкретизируют, как именно помогут? Обозначая в конце каждой игры комментарий типа «игра знакомит, позволяет, учит, развивает», авторы, вместе с тем, не уточняют, как перечисленные глаголы коррелируют с воспитанием и адаптацией. При этом, о научном обосновании выбора данных игр нет и речи, что заставляет усомниться в их реальной продуктивности. Тем более, что авторы заявляют главу как «Обучение и коррекция умственно отсталых молодых людей. Адаптирующие игры» (с. 46), не указывая соотношения понятий «обучение», «коррекция», «адаптация», «развитие» и их связь между собой, что при прочтении вызывает определенную путаницу: на что же все-таки направлена игра, к примеру, «Пуговичный массаж»? Авторы указывают, что «благодаря такому массажу мы активизируем так называемый «мануальный интеллект» (с. 48), стимулируя кончики пальцев рук и ладони. По мнению авторов, таким образом происходит активизация сенсорно-моторных функций, необходимая для успешного взаимодействия с окружающим миром. Опять же, ни одно из положений не подкрепляется никакими научно-методическими источниками (в частности, категория «мануальный интеллект» авторами не операционализируется) и не совсем понятно, адаптирующая это игра, коррекционная, развивающая, обучающая или все вместе и сразу. Тем не менее Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева и Т. Н. Грабенко, видимо, не понимают, что «развивать» извне в принципе невозможно, так как это сугубо индивидуальный процесс каждого человека, можно только создавать определенные условия для этого, в том числе с помощью игры [3].

Следует отметить, что применение игровых методов предполагает учет того, на каком из этапов возрастного развития находится ребенок. Д.Б.Эльконин в возрастной периодизации обозначает шесть этапов развития: младенчество (до 1 года), раннее детство (1-3 года), дошкольный возраст (3-7 лет), младший школьный возраст (7-11 лет), подростничество (11-15 лет) и юность (15-17 лет) [19]. В попытках определить, на какую возрастную группу направлены игровые методы в данном пособии, мы столкнулись с тем, что возрастной диапазон колеблется от дошкольного возраста до юношеского (но юноши только с умственной отсталостью). При этом, авторы указывают: «все игры и упражнения, предлагаемые в Части II нашей книги, могут быть использованы и при работе с дошкольниками, не имеющими отклонений в развитии» (с. 6), а также «материал можно использовать для работы с одаренными детьми» (с. 2) – получается, что предлагаемые Т. Д. Зинкевич-Евстигнеевой и Т. Н. Грабенко универсальны? Создается впечатление, что авторы совсем не опираются на какую-либо из существующих возрастных периодизаций, ссылаясь на свои «наблюдения и опыт показывают...» и не учитывая, что игра с одаренным ребенком и ребенком с умственной отсталостью

будет иметь существенные различия (исходя из разницы актуальных возможностей и потребностей ребенка).

Примечательно, что большинство предлагаемых игр в первой части непонятно для чего были размещены в данном пособии, так как практически целиком и полностью дублируются из предыдущей рукописи авторов (Практикум по креативной терапии, СПб.: Речь 2001, которая также признана некачественной [15]) как и игры, предлагаемые во второй части.

Следует отметить специфику предлагаемых авторами игр. Так, в игре «Родословное дерево» (с. 50-51) взрослый с помощью пуговиц, листа бумаги и карандаша рассказывает ребенку о корнях семьи, что безусловно важно, но возникает закономерный вопрос: что, собственно, корректирует данная игра у лиц с умственной отсталостью? Проведение этой игры предполагает у ребенка достаточный уровень сформированности словесно-логического мышления, развитие которого осуществляется в период школьного обучения. У лиц с умственной отсталостью этот вид мышления формируется предельно ограниченно [4; 5]. Соответственно, подобное содержание игры наиболее иллюстративно и эмоционально значимо для детей можно было бы раскрыть, применяя наглядные средства, используя, например, фотографии родных.

На наш взгляд, отдельные игры и вовсе являются опасными. Например, авторы предлагают в групповом формате игру для детей и молодых людей с умственной отсталостью «Камень и веревка» (с. 55), где детям перед упражнением дают ознакомиться с материалом – совершить различные манипуляции с камнем и веревкой. При этом не учитывается, что не существует каких-либо гарантий, что этот камень не прилетит в лицо кому-либо из детей или самому специалисту. Кроме того, предлагаемые в игре действия «сжимать руки, как камень» и «расслаблять руки, будто веревка», не учитывают, что наряду с умственной отсталостью у детей могут наблюдаться и сопутствующие заболевания, обусловленные, например, нарушениями опорно-двигательного аппарата, что делает выполнение игры невозможным. Создается впечатление непонимания авторами того, что «у умственно отсталых детей в раннем и дошкольном возрасте деятельность формируется с опозданием и с отклонениями на всех этапах развития» [4, с. 3].

Обосновывая значимость для родителей умственно отсталых детей игр с бытовыми предметами тем, что важно помочь ребенку в научении их пользованием, если родителей не окажется рядом, авторы, вместе с тем, никаких игр с бытовыми предметами и правилами их пользования не предлагают. Основной акцент делается на играх с «руками и камнями», что совершенно не соответствует наименованию подраздела.

Несомненно, данному методическому пособию присущи и некоторые достоинства, к примеру, язык книги богат множеством эпитетов и сам по себе воспринимается эстетично, поэтому понять смысл написанного будет намного легче, особенно это важно для такой категории читателей как родители.

В целом же, методическое пособие «Коррекционные, развивающие и адаптирующие игры» не может быть рекомендовано как профессионально-состоятель-

ное – ни педагогам и психологам, с целью профессиональной подготовки, ни как методические подсказки интересующимся родителям, по причине низкого качества материала и сомнительной квалификации авторов. А при условии использования, следует с осторожностью относиться к данному материалу, ведь риск негативных последствий и непредсказуемости детского развития достаточно велик, так как содержание не подкреплено системой убедительных, научно-обоснованных доказательств, ссылками на первоисточники.

Подводя краткий итог, заметим, что тотальное обращение будущих и действующих специалистов, работающих с детьми, подростками и молодежью, к многочисленным работам Т. Д. Зинкевич-Евстигнеевой и ее соавторов без должного профессионально-содержательного анализа предлагаемого ими методического материала и не рефлекслируемого применения его в своей деятельности, ведет к увеличению числа псевдопрофессионалов. И это уже проблема более широкого общественного значения, предупреждение которой требует незамедлительного вмешательства.

Список литературы

1. Белобрыкина О. А. Понятийный дискурс: семантический экскурс по словарям и психолого-педагогическим научным текстам // *Филология и культура*. 2014. № 2 (36). С. 302–312.
2. Белобрыкина О. А. Этико-диагностическая компетентность работников образовательной и социальной сферы (на примере анализа случаев из практики) // *Вестник по педагогике и психологии Южной Сибири*. 2019. № 2. С. 11–32.
3. Выготский Л. С. Игра и ее роль в психическом развитии ребенка // *Вопросы психологии*. 1966. № 6. С. 62–77.
4. Екжанова Е. А., Стребелева Е. А. Коррекционно-развивающее обучение и воспитание. Программа дошкольных образовательных учреждений компенсирующего вида для детей с нарушением интеллекта. М.: Просвещение, 2005. 272 с.
5. Катаева А. А., Стребелева Е. А. Дошкольная олигофренопедагогика: учеб. для студ. высш. учеб. заведений. М.: ВЛАДОС, 2001. 208 с.
6. Концепция развития психологической службы в системе образования в Российской Федерации на период до 2025 года (утв. Минобрнауки России от 19.12.2017) [Электронный ресурс] // Консультант Плюс. URL: <https://clck.ru/34DWgG> (дата обращения: 13.04.2023).
7. Лидин К. Л. Психология имиджа: монография. Иркутск: ИрГУ, 2005. 100 с.
8. Максимова М. Книгу встречают по обложке... [Электронный ресурс] // Интернет-газета «Столетие». URL: <https://clck.ru/34C4V8> (дата обращения: 17.04.2023).
9. Маркова А. К. Психология профессионализма. М.: Просвещение, 1996. 306 с.
10. Марченко Е. В. Как создать терапевтическую игру: неквалифицированная инструкция для психологов и родителей (на материале анализа методического пособия «Игры в сказкотерапии») // Современная реальность в социально-психологическом контексте – 2019: сб. науч. трудов по материалам III Всерос. науч.-практ. конференции / под науч. ред. О. А. Белобрыкиной, М. И. Кошеновой. Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2019. С. 114–123.
11. Полозкова Е. П., Лимонченко Р. А., Гасьмова Л. А., Ульянова А. О. Маленькие секреты и большие проблемы «универсального» психотерапевтического метода: сказкотерапия детских проблем для всех (на примере экспертной оценки методического пособия Р. М. Ткач «Сказкотерапия детских проблем») // РЕМ: Psychology. Educology. Medicine. 2016. № 2. С. 344–375.
12. О порядке присвоения ученых званий (вместе с «Положением о присвоении ученых званий») [Электронный ресурс]: Постановление Правительства РФ от 10.12.2013 № 1139 (ред. от 18.03.2023) // Консультант Плюс. URL: <https://clck.ru/34C7Ny> (дата обращения: 13.04.2023).

13. Об утверждении номенклатуры научных специальностей, по которым присуждаются ученые степени, и внесении изменения в Положение о совете по защите диссертаций на соискание ученой степени кандидата наук, на соискание ученой степени доктора наук, утвержденное приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 10 ноября 2017 г. № 1093 [Электронный ресурс]: Приказ Минобрнауки России от 24.02.2021 года № 118 // Консорциум «Кодекс». URL: <https://clck.ru/34CSvZ> (дата обращения: 17.04.2023).

14. Об утверждении профессионального стандарта «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)» [Электронный ресурс]: Приказ Минтруда России от 24.07.2015 № 514н // Консультант Плюс. URL: <https://clck.ru/VkrqF> (дата обращения: 16.04.2023).

15. Прошкина Я. Е., Белобрыкина О. А. Как стать креативным: «простенькие» рецепты в стиле педагогики и психологии постмодерна (на материале экспертной оценки методического пособия Т. М. Грабенко, Т. Д. Зинкевич-Евстигнеевой «Практикум по креативной терапии») [Электронный ресурс] // РЕМ: Psychology. Educology. Medicine. 2016. № 3. С. 169–198. URL: <https://clck.ru/34DWJ9> (дата обращения: 21.04.2023).

16. Сервис проверки контрагентов [Электронный ресурс] // List-Org. URL: <https://clck.ru/34CSxs> (дата обращения: 14.04.2023).

17. Серов В. В. Энциклопедический словарь крылатых слов и выражений. М.: Локид-Пресс, 2003. 880 с.

18. Штейнхардт Л. Юнгианская песочная психотерапия. СПб.: Питер, 2001. 320 с.

19. Эльконин Д. Б. К проблеме периодизации психологического развития в детском возрасте // Вопросы психологии. 1971. № 4. С. 6–20.

20. Этический кодекс педагога-психолога службы практической психологии образования России [Электронный ресурс] // Школьный психолог. 2003. № 34. URL: <https://clck.ru/34CSwW> (дата обращения: 14.04.2023).

21. What's the Difference Between a PhD in Psychology and a PsyD? [Электронный ресурс] // Walden University. URL: <https://clck.ru/34CSsD> (дата обращения: 16.04.2023).

УДК 159.9

Ряхова Регина Александровна

студентка 2 курса магистратуры, направление «Психолого-педагогическое образование», магистерская программа «Педагогическая психология», факультет психологии, Новосибирский государственный педагогический университет, o.regina@ngs.ru, г. Новосибирск, Россия

ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ СТИЛЯ САМОРЕГУЛЯЦИИ ПОВЕДЕНИЯ С УЧЕБНОЙ МОТИВАЦИЕЙ У ПОДРОСТКОВ

Аннотация. В статье представлены результаты исследования особенностей взаимосвязи саморегуляции поведения с учебной мотивацией у подростков, обучающихся в восьмом классе. Теоретико-методологической основой исследования послужили работы отечественных и зарубежных ученых О. А. Конопкиной, В. И. Моросановой, А. К. Осницкого, А. Н. Леонтьева, М. Ш. Магомед-Эминова, Л. И. Божович, М. В. Матюхиной, А. К. Марковой, Е. П. Ильина, Х. Хекхаузена, Ж. Пиаже и др. Рассмотрены теоретические аспекты саморегуляции поведения и учебной мотивации. В приведенном эмпирическом исследовании с помощью комплекса методик выявлены особенности взаимосвязи стилей саморегуляции поведения и мотивов в учебной деятельности. Проведен анализ взаимосвязей и сделаны выводы о влиянии стиля саморегуляции на учебную мотивацию, о взаимосвязи стилей саморегуляции и мотивов в обучении у подростков.

Ключевые слова: учебная мотивация, стиль саморегуляции, внутренние мотивы, внешние мотивы, подростковый возраст.

Ryakhova Regina Alexandrovna

2nd year Master's student, direction "Psychological and pedagogical education", Master's program "Pedagogical Psychology", Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, o.regina@ngs.ru, Novosibirsk, Russia

FEATURES OF THE INTERRELATION OF THE STYLE OF SELF-REGULATION OF BEHAVIOR WITH LEARNING MOTIVATION IN ADOLESCENTS

Abstract. The article presents the results of a study of the features of the relationship between self-regulation of behavior and educational motivation in adolescents studying in the eighth grade. The theoretical and methodological basis of the study was the work of domestic and foreign scientists: O. A. Konopkin, V. I. Morosanova, A. K. Osnitsky, A. N. Leontiev, M. Sh. Magomed-Eminov, L. I. Bozhovich, M. V. Matyukhina, A. K. Markova, E. P. Iyin, H. Heckhausen, J. Piaget and others. Theoretical aspects of self-regulation of behavior and learning motivation are considered. In the above empirical study, with the help of a set of techniques, the features of the relationship between styles of self-regulation of behavior and motives in educational activities are revealed. The analysis of interrelations was carried out and conclusions were drawn about the influence of self-regulation style on learning motivation. Conclusions are drawn about the relationship between styles of self-regulation and motives in learning in adolescents.

Keywords: learning motivation, self-regulation style, internal motives, external motives, adolescence.

Развития саморегуляции у подростков в последнее время представляет интерес для исследователей, так как именно саморегуляцию активизируют многие процессы, поддерживают осознание ситуации личностного развития самим обучающимся, способствуют педагогическому осмыслению потенциалов и ограничений становления его субъектности [2]. Проблема заключается в том, что подростки на сегодняшний день, также, как и взрослые, страдают от избыточных физиологических и информационных нагрузок и непосильного для них психологического давления.

В связи со значительными изменениями, которые происходят во всех сферах развития личности подростка, становится важным развитие у него саморегуляции.

В результате снижения учебной мотивации трудности наблюдаются в сфере произвольной регуляции учебной деятельности, однако в мотивационной и волевой сферах личности отмечается рост способности к произвольному регулированию.

Формирование регулятивных умений является важным фактором оптимальности психического развития человека. Саморегуляция представляет собой универсальный феномен, имеющий отношение к различным формам проявления активности. Произвольная саморегуляция – это процесс, обеспечивающий активное и целесообразное поведение и деятельность человека в процессе подготовки и участия в различных видах деятельности, преодоление возникающих препятствий и трудностей, приспособление к изменяющимся ситуациям.

Организация и методы исследования.

Базой исследования послужила МБОУ СОШ №2 г. Новосибирска.

Выборку исследования составили учащиеся восьмых классов в возрасте 13-15 лет, в количестве 102 человека. Из них – 44 девушки и 58 юношей.

Для выявления учебной мотивации старших школьников нами были использованы следующие методики:

1. Методика М.В. Матюхиной в модификации Н.Ц. Бадмаевой «Диагностика учебной мотивации школьников» [3];

2. Методика Лепешова Е.С. «Диагностики типа школьной мотивации у старшеклассников». Методика нацелена на выявление преобладающего типа мотивации учащегося, то есть на механизм, который является доминирующим именно для него в учебной деятельности.

3. Тест-опросник А. Мехрабиана для измерения мотивации достижения (адаптация М.Ш. Магомед-Эминова).

Для выявления стиля саморегуляции поведения школьников была использована методика Многошкальный опросный метод В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции учебной деятельности, ССУД-М-2011».

Результаты.

На общей выборке респондентов в результате корреляционного анализа было выявлено 99 значимых корреляций, причем 50 взаимосвязей обнаружены с отрицательным коэффициентом корреляции и 49 связей с положительным коэффициентом корреляции.

На рисунке 1 представлена корреляционная плеяда значимых взаимосвязей параметра саморегуляции «программирование» и мотивами учебной деятельности обучающихся. С данным параметром выявлено 10 значимых взаимосвязей, причем одна взаимосвязь с отрицательным коэффициентом и 9 взаимосвязей с положительным коэффициентом корреляции.

Параметр саморегуляции «программирование» связан со следующими переменными: «Познавательный интерес», «Мотив социального одобрения родителями», «Осознание социальной необходимости», «Боязнь наказания со стороны школы», «Мотив достижения», «Престижность учебы в семье», и отрицательно связан с шкалами «Мотив избегания неудач», «Внеучебная школьная мотивация», Таким образом, индивидуальную развитость умения разрабатывать способы и методы достижения цели, определять последовательность исполнения учебных действий в процессе выполнения учебных заданий и построения ответа поддерживаются во многом внешние мотивы, возникающими под давлением социума.



Рис. 1. Корреляционная плеяда взаимосвязей параметра саморегуляции «программирование» и мотивами учебной деятельности обучающихся

На рисунке 2 представлена корреляционная плеяда значимых взаимосвязей параметра саморегуляции «моделирование» и мотивами учебной деятельности обучающихся. С данным параметром выявлено 11 значимых взаимосвязей, причем 9 связей с отрицательным коэффициентом и 2 взаимосвязи с положительным коэффициентом корреляции.



Рис. 2. Корреляционная плеяда взаимосвязей параметра саморегуляции «моделирование» и мотивами учебной деятельности обучающихся

Параметр саморегуляции «моделирование» связан в основном с отрицательными коэффициентами с такими мотивационными шкалами как «Познавательный интерес», «Избегание неудач», «Мотив социального одобрения», «Мотив социального одобрения педагогами», «Мотив социального одобрения одноклассниками», «Влияние одноклассников», «Боязнь наказания со стороны семьи», «Боязнь наказания со стороны школы», «Влияние школы». Эта группа зависимостей свидетельствует о том, что индивидуальную сформированность навыков, позволяющих выделить значимую для достижения учебной цели условия цель, быстро ориентироваться в меняющейся ситуации и выбирать соответственно условиям программу исполнительских учебных действий можно развить, если иметь относительную независимость от социума и внешних мотивов в регулировании поведения.

На рисунке 3 представлена корреляционная плеяда значимых взаимосвязей параметра саморегуляции «планирование» и мотивами учебной деятельности обучающихся.

С данным параметром выявлено 9 значимых взаимосвязей, причем 3 связи с отрицательным коэффициентом и 6 взаимосвязей с положительным коэффициентом корреляции.

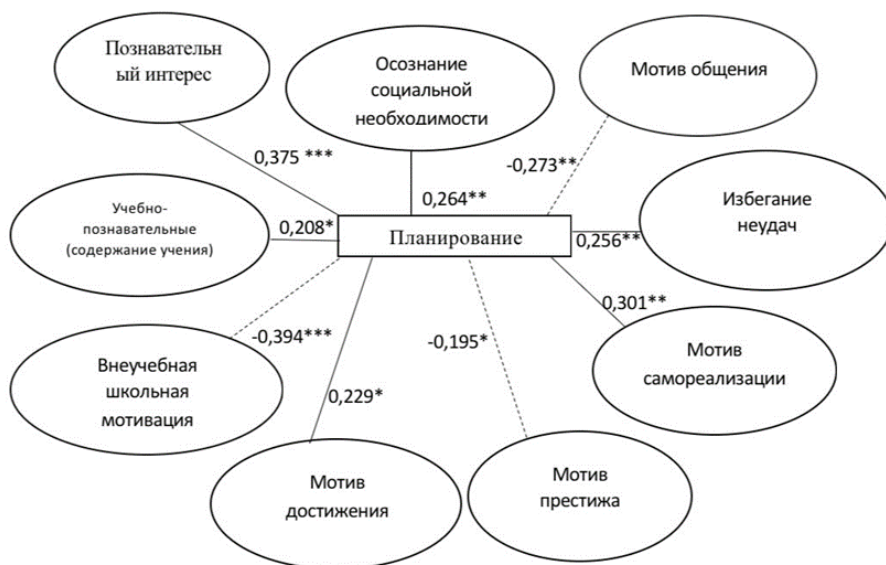


Рис. 3. Корреляционная плеяда взаимосвязей параметра саморегуляции «планирование» и мотивами учебной деятельности обучающихся

Планирование связано положительными связями со шкалами «Познавательный интерес», «Осознание социальной необходимости», «Мотив самореализации», «Мотив достижения», «Учебно-познавательные мотивы». 6. «Избегание неудач» ($r=0,256$, при $p=0,01$), выявленные статистические показатели свидетельствуют о том, что чем больше планирование у обучающихся, тем больше у них доминирует мотив избегания неудач. Отрицательные взаимосвязи зафиксированы с шкалами «Мотив престижа», «Мотив общения», «Внеучебная школьная мотива-

ция». Эта группа взаимосвязей свидетельствует о том, что способность учащегося к постановке и удержанию учебных целей и умения придерживаться намеченного плана в психологически сложных условиях поддерживается внутренними познавательными мотивами и относительно независима от внешних.

Выводы.

По результатам корреляционного анализа между стилями саморегуляции поведения и учебной мотивацией у подростков были сделаны следующие выводы:

1. Обучающиеся с индивидуальной развитостью умения разрабатывать способы и методы достижения цели, определять последовательность исполнения учебных действий в процессе выполнения учебных заданий и построения ответа на уроках обладают стремлением быть образованными, учатся прежде всего потому, что осознают необходимость хорошей учебы в школе для собственного успешного будущего, у них преобладает мотивация достижения, желание быть лучшими, осознавать себя как способных, умных и т.д.

2. У обучающихся с индивидуальной сформированностью навыков, позволяющих выделить главное для достижения учебной цели, быстро ориентироваться в меняющейся ситуации и выбирать соответственно условиям программу исполнительских учебных действий, высокий познавательный интерес в учебной деятельности, у них нет боязни наказаний со стороны семьи и школы им не нужна мотивация одобрения одноклассниками и педагогами, не свойственна мотивация социального одобрения, так как они понимают, что учатся прежде всего для себя, а не для родителей и школы.

3. Для обучающихся с высоким уровнем постановки и удержания учебных целей, с хорошей способностью придерживаться намеченного плана в психологически сложных ситуациях, характерны учебно-познавательные мотивы, мотив достижения результатов, мотив самореализации, мотив престижа и осознание социальной необходимости, в процессе обучения им не свойственны мотив общения и внеучебная школьная мотивация.

Необходимо развивать в подростках осознанную саморегуляцию деятельности, что позволит повысить учебную мотивацию, снять негативные тенденции возрастного развития, оказать позитивное влияние на становление личности подростка и оптимизировать результативность учебной деятельности. Таким образом, стиль саморегуляции подростка влияет на мотивы учебной деятельности.

Список литературы

1. Андропова Е. О. Психология и педагогика // Проблема компонентов, характеристик и основных типов самосознания в психологии. М., 2010. С. 149–152.
2. Божович Л. И. Изучение мотивации поведения детей и подростков М.: Просвещение, 1998. 359 с.
3. Бадмаева Н. Ц. Влияние мотивационного фактора на развитие умственных способностей: монография. Улан-Удэ. 2004.
4. Талызина Н. Ф. Формирование познавательной деятельности учащихся. М.: Знание, 1983. 96 с.

Научный руководитель – С. Е. Мухина,
канд. психол. наук, доц. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

Силкин Роман Александрович

студент 2 курса магистратуры, направление «Психология», магистерская программа «Психологическое консультирование и психотерапия», факультет гуманитарного образования, Новосибирский государственный технический университет, silkin_2014@mail.ru, г. Новосибирск, Россия

ВЗАИМОСВЯЗЬ ТРЕВОЖНОСТИ И СКЛОННОСТИ К ЭКСТРЕМАЛЬНОМУ РИСКОВАННОМУ ПОВЕДЕНИЮ У ПОДРОСТКОВ

Аннотация. В статье исследуется связь между тревожностью и склонностью к экстремальному рискованному поведению у подростков. Проводится обзор научных исследований, рассматриваются факторы, влияющие на эту связь, и предлагаются практические рекомендации для родителей и специалистов по работе с подростками. Авторы изучают причины тревожности и экстремального рискованного поведения у подростков, а также методы предотвращения и лечения этих состояний. Обобщаются результаты исследования и отмечается их значимость для практики и науки, а также его перспективы.

Ключевые слова: тревожность, экстремальное рискованное поведение, подростки, связь, факторы, рекомендации, причины, методы предотвращения, лечение, исследование.

Silkin Roman Alexandrovich

2nd year Master's student, direction "Psychology", Master's program "Psychological Counseling and Psychotherapy", Faculty of Humanities Education, Novosibirsk State Technical University, silkin_2014@mail.ru, Novosibirsk, Russia

THE RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY AND PROPENSITY TO EXTREME RISKY BEHAVIOR AMONG ADOLESCENTS

Abstract. The article explores the link between anxiety and propensity for extreme risky behavior among adolescents. The article provides a review of scientific research, discusses factors influencing this relationship, and offers practical recommendations for parents and professionals working with adolescents. The authors also examine the causes of anxiety and extreme risky behavior among adolescents, as well as methods for prevention and treatment of these conditions. The article concludes with a summary of the findings, highlights the significance of the research for practice and science, and suggests prospects for further research in this area.

Keywords: anxiety, extreme risky behavior, adolescents, relationship, factors, recommendations, causes, prevention methods, treatment, research.

В настоящее время одной из актуальных проблем в психологии является изучение взаимосвязи тревожности и склонности к экстремальному рискованному поведению у подростков. По данным российских ученых, подростки, испытывающие высокий уровень тревожности, имеют более высокую склонность к рискованному поведению, что может привести к негативным последствиям для их здоровья и благополучия.

Например, исследования показали, что подростки с высоким уровнем тревожности чаще совершают опасные действия, связанные с нарушением правил дорожного движения, потреблением наркотических веществ и алкоголя, а также участием в агрессивных актах. Аналогичные результаты были получены в исследовании, где подростки с высоким уровнем тревожности проявляли более высокий уровень рискованного поведения[16].

Учитывая растущую актуальность данной проблемы, необходимо провести дальнейшие исследования в данной области с целью выявления факторов, влияющих на связь между тревожностью и склонностью к рискованному поведению у подростков. Также важно разработать эффективные методы предотвращения и лечения тревожности и рискованного поведения у подростков.

Характеристика подростковой психологии является одной из важнейших задач в психологической науке, так как это возрастной период, когда происходят значительные изменения в когнитивном, эмоциональном и социальном развитии. В данном тексте мы рассмотрим психологическую характеристику подростков, с точки зрения нескольких российских ученых психологов, а также обсудим проблему тревожности в этом возрасте.

Подростковый возраст, как утверждает А.В. Петровский, проходит под знаком кризиса личности. Это связано с переходом от детского к подростковому стилю жизни, когда ребенок начинает осознавать свою индивидуальность и свои проблемы[9]. Это также период взросления, когда подростки начинают интересоваться сексуальностью, дружбой и взаимоотношениями с окружающими. Однако, как утверждает С.Л. Рубинштейн, в этот период также происходят значительные изменения в когнитивной и социальной сферах, что может привести к тревожности и неуверенности в себе[12].

Согласно теории Л.С. Выготского, подростковый возраст характеризуется развитием мышления и способности к абстрактному мышлению. Это может приводить к некоторым трудностям в общении с окружающими, особенно с родителями, которые не всегда могут понимать новые мысли и идеи подростков[4].

В этом возрасте подростки также часто испытывают тревогу, связанную с социальным давлением, школьной успеваемостью, поиском своего места в жизни и многими другими факторами. Как утверждает Л.И. Максименкова, тревожность является нормальной частью подростковой психологии, но если она становится чрезмерной и начинает мешать в повседневной жизни, то это может сигнализировать о возможных проблемах с психическим здоровьем[6].

Поэтому, важно помнить о необходимости психической поддержки и помощи для подростков, которые испытывают тревогу и неуверенность в себе. Как отмечает А.В. Петровский, важно создать условия для подростков, чтобы они могли выразить свои эмоции и чувства, получить поддержку и понимание со стороны взрослых[10].

Кроме того, необходимо уделить внимание развитию навыков социальной адаптации и умениям управлять своей тревожностью. Как отмечает С.Л. Рубин-

штейн, важно обучать подростков умению решать проблемы и эффективно справляться со стрессом[13].

Подростковый возраст является периодом значительных изменений в личности и развитии, который может сопровождаться тревожностью и неуверенностью в себе. Однако, благодаря психологической поддержке и развитию социальных навыков, подростки могут преодолеть эти трудности и перейти к успешной взрослой деятельности.

Тревожность является одним из наиболее распространенных психических расстройств в мире, и Россия не является исключением. Однако, до сих пор нет единой определения понятия тревожности, которое было бы принято в научном сообществе. В данной статье мы рассмотрим разные точки зрения российских ученых психологов на понятие тревожности.

В. Кэннон определял тревогу как "высшую степень возбуждения", которая проявляется при наличии препятствий для удовлетворения жизненных потребностей. Он считал, что тревога может возникать как в результате реальных проблем, так и в связи с возможными опасностями, которые на самом деле не представляют серьезной угрозы. В его работах также упоминается связь между тревогой и стрессом[15].

С.Л. Рубинштейн видел тревогу как "эмоциональное состояние, которое возникает при ожидании неприятностей или опасностей". Он считал, что тревога может привести к негативным последствиям для психического здоровья, таким как депрессия и неврозы[13].

В.М. Бехтерев определял тревогу как "эмоциональное состояние, которое возникает при неопределенности ситуации". Он утверждал, что тревога может быть полезной, так как помогает организму готовиться к действиям и принимать решения[2].

Л.И. Максименкова считала, что тревога возникает в ситуациях, когда человек не может контролировать свое окружение. Он утверждал, что это может привести к негативным последствиям, таким как панические атаки[6].

Ч. Спирмэн видел тревогу как "эмоциональное состояние, которое возникает при неопределенности будущего". Он считал, что тревога может быть полезной, так как помогает организму готовиться к возможным опасностям[11].

Таким образом, можно сделать вывод, что тревога – это эмоциональное состояние, которое возникает при неопределенности будущего или неопределенности ситуации, и которое может быть, как полезным, так и вредным для психического здоровья человека. Негативные последствия тревожности могут проявляться в виде депрессии, неврозов, панических атак и других психических расстройств. Однако, некоторые ученые психологи считают, что тревога может быть полезной, так как она помогает организму готовиться к возможным опасностям и принимать решения в неопределенных ситуациях.

Важно отметить, что тревога может проявляться в различных формах, таких как общая тревожность, социальная тревожность, фобии, панические атаки и другие. Каждая форма тревожности имеет свои особенности и механизмы развития.

Изучение тревожности является актуальной задачей для современной психологии, так как позволяет лучше понимать причины и механизмы развития данного расстройства и разрабатывать более эффективные методы лечения и профилактики.

Подростковая тревожность является одной из наиболее распространенных форм тревожности, которая проявляется в переходном периоде от детства к взрослости[5]. Она может возникать по разным причинам, таким как изменения в жизненной ситуации, стрессовые ситуации, неуверенность в себе и своих способностях, конфликты в семье и среди сверстников и другие.

Подростковая тревожность может проявляться в виде общей тревожности, социальной тревожности, фобий, панических атак и других форм. Она может существенно влиять на жизнь подростка, приводя к снижению самооценки, затруднению в общении со сверстниками и взрослыми, ухудшению учебных результатов и другим проблемам.

Некоторые ученые психологи выделяют особенности подростковой тревожности, такие как неустойчивость эмоционального состояния, трудности в управлении своими эмоциями и поведением, проблемы с концентрацией внимания и другие[11].

Изучение подростковой тревожности является важной задачей для современной психологии, так как позволяет разрабатывать более эффективные методы помощи и поддержки подростков, страдающих данной проблемой. Важно учитывать индивидуальные особенности каждого подростка и создавать индивидуальные программы помощи.

Экстремальное рискованное поведение является одной из самых опасных форм поведения, которая может привести к серьезным последствиям, включая травмы и даже смерть. Экстремальное рискованное поведение может быть связано с различными действиями, включая экстремальные виды спорта, вождение на высокой скорости, употребление наркотиков и алкоголя, а также принятие рискованных решений в бизнесе и других областях жизни.

Определение понятия экстремального рискованного поведения может различаться в зависимости от конкретного подхода и теории. Рассмотрим точки зрения нескольких российских ученых психологов на эту проблему.

По мнению С.Л. Рубинштейна, экстремальное рискованное поведение – это форма поведения, связанная с необходимостью принятия риска для достижения поставленной цели. Такое поведение возникает в случае, когда цель считается достижимой, а выгода от ее достижения ожидается значительной[12].

По мнению В.Д. Небылицына, экстремальное рискованное поведение – это форма поведения, которая связана с поиском новых впечатлений и ощущений. Такое поведение может возникать в случае, когда у человека низкий уровень стимуляции и ему необходимо получить новый опыт[8].

По мнению И.С. Кона, экстремальное рискованное поведение – это форма поведения, которая связана с необходимостью получения признания со стороны окружающих и укрепления своего статуса[5]. Такое поведение может возникать

в случае, когда у человека низкий уровень самооценки и ему необходимо получить подтверждение своей значимости.

Таким образом, определение понятия экстремального рискованного поведения может варьироваться в зависимости от конкретного подхода и теории, однако все они указывают на то, что экстремальное рискованное поведение связано с необходимостью принятия риска и может быть вызвано различными факторами, такими как поиск новых ощущений, желание достижения поставленной цели или необходимость укрепления своего статуса в глазах окружающих.

Важно отметить, что экстремальное рискованное поведение может быть вызвано не только внутренними факторами, но и внешними, такими как социальная среда и культура, в которой живет человек. Например, в некоторых культурах экстремальные виды спорта могут быть поощряемы и считаться престижными, что может способствовать возникновению экстремального рискованного поведения.

В целом, экстремальное рискованное поведение может иметь различные причины и проявляться в разных формах, но оно всегда связано с необходимостью принятия риска и может иметь серьезные последствия. Поэтому важно понимать, какие факторы могут приводить к его возникновению и как его можно предотвратить.

Экстремальное рискованное поведение у подростков – это явление, которое возникает на стыке перехода от детства к взрослости. Подростки часто ощущают потребность проявить себя и привлечь внимание окружающих, и могут прибегать к экстремальным формам поведения, которые могут быть опасными и иметь негативные последствия.

Можно сказать, что экстремальное рискованное поведение у подростков может быть вызвано различными факторами. Один из основных факторов – это социальная среда, в которой живет подросток. Если в окружении подростка принято считать экстремальное поведение престижным и крутым, то это может стать причиной возникновения такого поведения у него.

Еще одним фактором, который может привести к экстремальному рискованному поведению у подростков, является низкий уровень самооценки и самоуважения. Если подросток не чувствует уверенности в себе и своих способностях, он может попробовать доказать свою ценность через экстремальное поведение.

Кроме того, подростки, которые испытывают чувство скученности и неудовлетворенности, могут прибегать к экстремальным формам поведения, чтобы развлечься и испытать новые ощущения.

Однако экстремальное рискованное поведение у подростков может иметь серьезные последствия, как для них самих, так и для окружающих. Они могут получить травмы, нарушить закон, а также негативно повлиять на свое физическое и психическое здоровье[3].

Поэтому важно, чтобы родители, учителя и другие взрослые, которые работают с подростками, обращали внимание на их поведение и учили их альтернативным способам проявления себя и привлечения внимания. Это может включать

в себя предоставление возможности для занятия интересными хобби, поощрение творческого выражения и участия в общественной жизни.

Взаимосвязь между тревожностью и склонностью к экстремальному рискованному поведению у подростков является актуальной темой для исследования в психологии. Несколько российских исследований показывают, что эти два фактора могут взаимодействовать друг с другом, что приводит к неблагоприятным результатам для здоровья и благополучия подростков.

Одно исследование, проведенное Московским государственным университетом имени М.В. Ломоносова, показало, что у подростков с высоким уровнем тревожности склонность к рискованному поведению была более выражена, чем у тех, кто испытывал меньше тревоги. Исследование, проведенное в Институте психологии Российской академии наук, выявило, что снижение тревожности с помощью психологических техник может снизить склонность к рискованному поведению у подростков [7].

Другие исследования также обращали внимание на влияние воспитания и семейной среды на связь между тревожностью и рискованным поведением. Исследование, проведенное в Институте психологии Российской академии наук, показало, что родительская поддержка может снизить уровень тревожности и склонность к рискованному поведению у подростков.

Однако, не все исследования согласны с этими результатами. Исследование, проведенное в Университете Иннополис, не выявило значимой связи между уровнем тревожности и склонностью к рискованному поведению у подростков.

Из этих исследований можно сделать вывод, что связь между тревожностью и склонностью к рискованному поведению у подростков является сложным и многогранным явлением, зависящим от многих факторов, включая воспитание, семейную среду и психологические факторы. Дальнейшие исследования должны учитывать эти факторы, чтобы получить более точное представление о связи между тревожностью и склонностью к рискованному поведению у подростков.

Связь между тревожностью и склонностью к экстремальному рискованному поведению у подростков является актуальной темой для исследований в области психологии. Многие российские ученые рассматривают эту проблему и выделяют несколько факторов, которые влияют на эту связь.

Один из ключевых факторов, который влияет на связь между тревожностью и склонностью к экстремальному рискованному поведению, – это самооценка подростка. Исследования показывают, что подростки с низкой самооценкой склонны к более рискованному поведению, чем те, у кого высокая самооценка. Низкая самооценка также связана с более высоким уровнем тревожности. Психологи утверждают, что для уменьшения склонности к рискованному поведению необходимо помочь подростку повысить его самооценку.

Другой фактор, который влияет на связь между тревожностью и склонностью к экстремальному рискованному поведению, – это круг общения. Подростки, чьи друзья занимаются рискованными видами деятельности, склонны к тому же поведению. Кроме того, подростки с более сложными отношениями с родителями

также имеют более высокий уровень тревожности и склонности к рискованному поведению.

Однако, некоторые российские психологи отмечают, что связь между тревожностью и склонностью к рискованному поведению может быть не такой прямой, как кажется. Они утверждают, что некоторые подростки, склонные к рискованному поведению, испытывают определенное чувство адреналина, которое помогает им справиться с тревожностью.

Таким образом, связь между тревожностью и склонностью к экстремальному рискованному поведению у подростков является сложной проблемой, которую необходимо изучать и учитывать при работе с подростками. Решение этой проблемы требует комплексного подхода и учета не только факторов, влияющих на эту связь, но и индивидуальных особенностей каждого конкретного подростка.

Некоторые российские ученые также отмечают, что существует различие между мужчинами и женщинами в связи между тревожностью и склонностью к рискованному поведению. Исследования показывают, что у женщин связь между тревожностью и рискованным поведением более прямая, в то время как у мужчин она может быть более косвенной.

Также следует учитывать культурные и социальные факторы, которые могут влиять на связь между тревожностью и склонностью к рискованному поведению у подростков в разных регионах России.

Тревожность и экстремальное рискованное поведение у подростков – это серьезные проблемы, которые могут привести к негативным последствиям в будущем. Российские ученые психологи разработали многочисленные методы предотвращения и лечения этих проблем.

Одним из ключевых методов является психотерапия, которая может помочь подросткам справиться с тревожностью и избежать экстремального рискованного поведения. Важным элементом психотерапии является консультация психолога, который поможет подросткам понять свои чувства и эмоции, а также научиться эффективно справляться с ними. В ходе консультации может использоваться такие методы, как когнитивно-поведенческая терапия, групповая терапия, арт-терапия и другие.

Еще одним методом предотвращения тревожности и экстремального рискованного поведения является социальная поддержка. Подростки, которые имеют хорошие отношения со своими родителями, друзьями и другими людьми, часто испытывают меньше тревоги и рискуют меньше, чем те, кто не имеют такой поддержки [6]. Поэтому важно создать условия для того, чтобы подростки могли чувствовать себя в безопасности и поддержке.

Также существуют различные методы физического и спортивного воздействия на организм подростков. Например, занятия спортом и физической активностью могут улучшить настроение и повысить самооценку. При этом ученые также отмечают, что такие методы должны быть в рамках возможностей каждого конкретного подростка.

Наконец, очень важным методом предотвращения тревожности и экстремального рискованного поведения является профилактика и своевременное лечение психических заболеваний. Подростки, которые страдают от таких заболеваний, часто более склонны к тревожности и риску. Поэтому важно своевременно обращаться за помощью к психологу и психиатру, чтобы избежать ухудшения ситуации [7].

Другими методами, которые также могут помочь в предотвращении и лечении тревожности и экстремального рискованного поведения у подростков, являются:

– Медитация и релаксация. Эти методы могут помочь уменьшить тревогу, повысить концентрацию внимания и снизить уровень стресса.

– Изучение и практика навыков эмоционального интеллекта. Это поможет подросткам лучше понимать свои эмоции и эффективно справляться с ними.

– Развитием методов рефлексивного анализа и повышения осознанности. Обучение подростков психологическим навыкам может помочь им лучше понимать свои потребности и научиться принимать правильные решения.

Кроме того, важно учитывать индивидуальные особенности каждого подростка при выборе методов лечения и предотвращения тревожности и экстремального рискованного поведения.

Исследование взаимосвязи тревожности и склонности к экстремальному рискованному поведению среди подростков предоставляет ценные научные данные, которые могут помочь лучше понять сложные психологические процессы в этой возрастной группе. Обнаружено, что существует значительная взаимосвязь между тревожностью и склонностью к экстремальному рискованному поведению у подростков. Высокий уровень тревожности может быть связан с увеличенной вероятностью проявления рискованных поведенческих тенденций, таких как употребление наркотиков, алкогольное и сексуальное поведение, делинквентное поведение, а также вождение автомобиля в состоянии опьянения. Однако, механизмы этой взаимосвязи остаются сложными и требуют дальнейших исследований.

Одной из возможных теоретических моделей, объясняющих взаимосвязь между тревожностью и рискованным поведением, является модель саморегуляции. Согласно этой модели, подростки с высоким уровнем тревожности могут испытывать дефицит в механизмах саморегуляции, что может приводить к их склонности к рискованному поведению в качестве попытки справиться с тревогой или снизить ее интенсивность. Более того, подростки с высоким уровнем тревожности могут искать экстремальные ситуации как способ испытать адреналин и улучшить свое настроение.

Однако, стоит отметить, что взаимосвязь между тревожностью и склонностью к экстремальному рискованному поведению является многогранной и может быть модерирована другими факторами, такими как пол, социоэкономический статус, социальная поддержка и культурные особенности. Также стоит учитывать, что экстремальное рискованное поведение в подростковом возрасте может иметь долгосрочные последствия для физического и психологического здоровья, и по-

этому дальнейшие исследования должны уделить внимание дополнительным факторам, которые могут влиять на взаимосвязь между тревожностью и склонностью к экстремальному рискованному поведению у подростков.

Для практических применений, результаты этого исследования могут иметь важные импликации. Они могут помочь понять роль тревожности в развитии рискованного поведения среди подростков и предложить подходы к профилактике и вмешательству. Например, разработка и реализация программ по снижению тревожности у подростков может снизить их склонность к рискованному поведению. Дополнительно, учет различных контекстуальных факторов, таких как социальная поддержка и культурные особенности, также может быть полезен при разработке мероприятий для снижения рискованного поведения у подростков с высоким уровнем тревожности.

Однако, следует отметить, что данное исследование имеет свои ограничения. Методологические ограничения, такие как ограниченный объем выборки, использование самоотчетных данных и кросссекционный дизайн исследования, могут ограничить обобщаемость результатов. Дополнительные исследования с более крупными выборками, продолжительным мониторингом и использованием различных методов измерения могут уточнить наши понимание взаимосвязи между тревожностью и рискованным поведением среди подростков.

Список литературы

1. Белоусова И. Г., Кочергина Е. П., Титова О. А. Проблема тревожности у подростков: анализ современных исследований // Сибирский журнал психологии. 2020. № (75). С. 51–62.
2. Бехтерев В. М. Избранные работы по социальной психологии. М.: Наука, 1994. 400 с.
3. Вдовиченко О. В., Чебыкин А. Я. Личностно-психологические детерминанты явления риска // Дифференциация и интеграция психолого-педагогического знания в науке, социальной практике и научных исследованиях: сб. материалов междунар. науч.-практ. конференции. Смоленск, 2001. С. 68–73.
4. Выготский Л. С. Мышление и речь. М.: Гос. соц.-экономическое изд-во, 1934. 362 с.
5. Кон И. С. Психология юношеского возраста: Проблемы формирования личности: учеб. пособие для пед. ин-тов. М.: Просвещение, 1979. 175 с.
6. Максименкова Л. И. Аддиктивное поведение в подростковом возрасте как психологическая проблема // Вестник Псковского государственного университета. 2005. № 5. С. 126–130.
7. Миронова М. Н. Коррекционная работа с подростками с девиантным поведением в условиях оздоровительно-образовательных центров // Вестник КГУ им. Н. А. Некрасова. 2007. № 13. С. 169–172.
8. Небылицын В. Д., Гиппенрейтер Ю. Б., Романова В. Я. Темперамент. Психология индивидуальных различий. М.: МГУ, 1982. 159 с.
9. Петровский А. В. Возрастная и педагогическая психология. М.: Детская психология, 1960. 293 с.
10. Петровский В. А., Калинин В. К., Котова И. Б. Личностно-развивающее взаимодействие. М: Просвещение, 1995. 88 с.
11. Прихожан А. М. Причины, профилактика и преодоление тревожности // Психологическая наука и образование. 1998. № 2. С. 11–17.
12. Рубинштейн С. Л. Основы психологии. СПб.: Питер, 2002. 720 с.
13. Рубинштейн С. Л. Понимание тревожности // Общая психология. 2008. № 2. С. 347–351.
14. Фролова Ю. Г. Психосоматика и психология здоровья: учеб. пособие. Минск: ЕГУ, 2003. 172 с.

15. *Barlow D.* Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic. N. Y.: The Guilford Press, 2004. 704 p.

16. *Currier D., Mann J. J.* Stress, genes and the biology of suicidal behavior // *Psychiatric Clinics of North America*. 2008. Vol. 31. P. 247–269.

Научный руководитель – *Л. А. Юшкова*,
канд. психол. наук, доц. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

УДК 159.9

Соколова Анастасия Денисовна

студентка 3 курса, направление «Психология», профиль «Консультативная психология», факультет психологии, Новосибирский государственный педагогический университет, ns280802@gmail.com, г. Новосибирск, Россия

Гинсберг Алёна Алексеевна

студентка 3 курса, направление «Психология», профиль «Консультативная психология», факультет психологии, Новосибирский государственный педагогический университет, alna.ginsberg@mail.ru, г. Новосибирск, Россия

РОЛЬ ПРИВЯЗАННОСТИ В ФОРМИРОВАНИИ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ

Аннотация. В работе рассматривается формирование ценностных ориентаций в онтогенезе. Особое внимание уделяется роли детско-родительской привязанности в формировании ценностных ориентаций при социализации. Сформированные ценностные ориентации являются компонентом мировоззрения, которые, в свою очередь, влияют на социальную реализацию индивида в обществе. Именно по этой причине важным является вопрос аспектов, влияющих на формирование мировоззренческой структуры.

Ключевые слова: ценностные ориентации, привязанность, ориентация на ровесников, мировоззрение.

Sokolova Anastasia Denisovna

*3rd year Student, direction “Psychology”, profile “Consultative Psychology”,
Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University,
ns280802@gmail.com, Novosibirsk, Russia*

Ginsberg Alena Alekseevna

*3rd year student, direction “Psychology”, profile “Consultative Psychology”,
Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University,
ns280802@gmail.com, Novosibirsk, Russia*

THE ROLE OF ATTACHMENT IN THE FORMATION OF VALUE ORIENTATIONS

Abstract. In this paper, the formation of value orientations in ontogenesis is considered. Special attention is paid to the role of child-parent attachment in the formation of value orientations during socializa-

tion. The formed value orientations are a component of the worldview, which, in turn, affect the social realization of an individual in society. It is for this reason that the issue of aspects affecting the formation of the worldview structure is important.

Keywords: value orientations, attachment, peer orientation, worldview.

Ценностные ориентации – одни из компонентов внутреннего мира человека и его мировоззрения [2]. На формирование мировоззрения значительную роль играет социальная среда, то есть ближайший круг окружения. Но при этом важно понимать, что степень влияния на формирования внутреннего мира влияет не родственная близость и не количество проведённого вместе времени, а то, насколько значимым является человек в жизни ребёнка. В данной работе мы используем понятие «ребёнок» в контексте рассмотрения формирования ценностных ориентаций только в период детского возраста.

По мнению Г. Ньюфелда, привязанность имеет шесть уровней, один из которых: «близость, как похожесть». Данный уровень отражает стремление человека быть похожим на объект привязанности, иметь с ним что-то общее. Схожесть мировоззрения, в частности, близость ценностных ориентаций является одним из компонентов, которые способствуют формированию не только привязанности, но и духовной близости между людьми.

Если говорить о периоде детства, то важно отметить, что ребёнок часто усваивает многие убеждения и установки от родителей путём vicarious learning, наблюдая за поступками и словами объектов привязанности. Эти убеждения становятся основой для мировоззрения.

Вместе с тем в пубертатный период в процессе сепарации от родителей, подросток может начать отрицать родительские убеждения и установки. Одновременно с этим, заложенные родителями ценностные ориентации остаются, во многом, без изменений.

Другая ситуация происходит, если привязанность в детско-родительских отношениях не укрепляется, то может произойти переориентация на ровесников. Переориентация на ровесников – термин, введенный Г. Ньюфелдом [1] для обозначения явления, при котором привязанность по типу детско-родительских отношений переносится на ровесников по причине неудовлетворения потребностей или непрочности в выстраивании её с родителями.

Если привязанность детско-родительских отношений переносится на ровесников, то и формирования ценностных ориентаций будет происходить, полагаясь на мировоззрения сверстников. Следственно, подросток начинает формировать свои ценностные ориентиры опираясь на ценностные ориентиры людей, у которых сами они ещё не имеют чёткую направленность. Это, в свою очередь, усложняет процесса поиска себя и формирование внутреннего мира, так как подросток, ориентирующийся на родителей, несмотря на сепарацию и поиск собственного «Я» находится на фундаменте тех ценностных ориентиров, которые были заложены ранее.

Подводя итоги можно сказать, что для формирования ценностных ориентаций важную функцию выполняет детско-родительская привязанность.

Список литературы

1. Ньюфелд Г., Матэ Г. Не упускайте своих детей. Почему родители должны быть важнее, чем ровесники. М.: Ресурс, 2012. 384 с.

2. Ирхен И. И., Орешкова О.А. Ценностно-мировоззренческая ориентация личности: опыт культурной концептуализации // Вестник КГУ. 2014. №7. С. 257–261.

УДК 159.9

Степанова Анастасия Игоревна

*студентка 2 курса, направление «Психолого-педагогическое образование»,
профиль «Психология развития и воспитания личности», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
Nastya.stepv@gmail.com, г. Новосибирск, Россия*

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ У СТУДЕНТОВ

Аннотация. В статье поднимается проблема уровня эмоционального интеллекта у студентов. Рассматриваются теоретические аспекты и психологические представления по данному вопросу. Приведено эмпирическое исследование с помощью методики «Тест эмоционального интеллекта ЭМИн», показывающее уровень эмоционального интеллекта у студентов. Предложено введение в учебный план и образовательную программу вузов дисциплины по выбору «Тренинг коммуникативной компетентности», которая включала бы в себя практические занятия, направленные на моделирование различных ситуаций, овладение навыками конструктивной обратной связи, освоение студентами техник перевода обращения из плоскости психоэмоционального отреагирования человека своих проблем в контекст профессиональных формулировок.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, юность, эмоции.

Stepanova Anastasia Igorevna

*2nd year Student, direction “Psychological and pedagogical education”,
profile “Psychology of personality development and upbringing”,
Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University,
Nastya.stepv@gmail.com, Novosibirsk, Russia*

EMOTIONAL INTELLIGENCE IN STUDENTS

Abstract. The article raises the problem of the level of emotional intelligence among students. Theoretical aspects and psychological ideas on this issue are considered. An empirical study is presented using the methodology: EmIn Emotional Intelligence Test, showing the level of emotional intelligence among students. It is proposed to introduce into the curriculum and educational program of universities the discipline of choice “Training of communicative competence”, which would include practical exercises aimed at modeling various situations, mastering the skills of constructive feedback, mastering by students the techniques of translating an appeal from the plane of a person's psycho-emotional response to their problems in the context of professional formulations.

Keywords: emotional intelligence, youth, emotions.

Эмоциональный интеллект является важным аспектом когнитивных способностей человека. В связи с изменением форм межличностного общения меняется и эмоциональная составляющая человеческого контакта. Коммуникация все больше опосредуется знаками и символами, а в качестве канала передачи выступают технические устройства. Это искажает содержание речи, а также глубину переживаний, которые мы пытаемся передать в диалоге.

Базой эмпирического исследования послужило Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Новосибирский государственный педагогический университет».

В исследовании принимали участие студенты 2-го курса, обучающиеся по специальности «психолого-педагогическое образование». Выборка исследования составила 37 испытуемых в возрастном диапазоне от 18 до 22 лет, причём было выявлено ярко выраженное преобладание одного гендера над другим.

Исследование проводилось в групповой форме, с учетом принципа добровольного участия.

Для достижения цели и проверки гипотезы был взят Тест эмоционального интеллекта Д. В. Люсина (ЭМИн) [1].

По результатам психодиагностической методики Д. В. Люсина (ЭМИн) получены результаты.

Для наглядности результатов исследования была составлена гистограмма (рисунок 1).

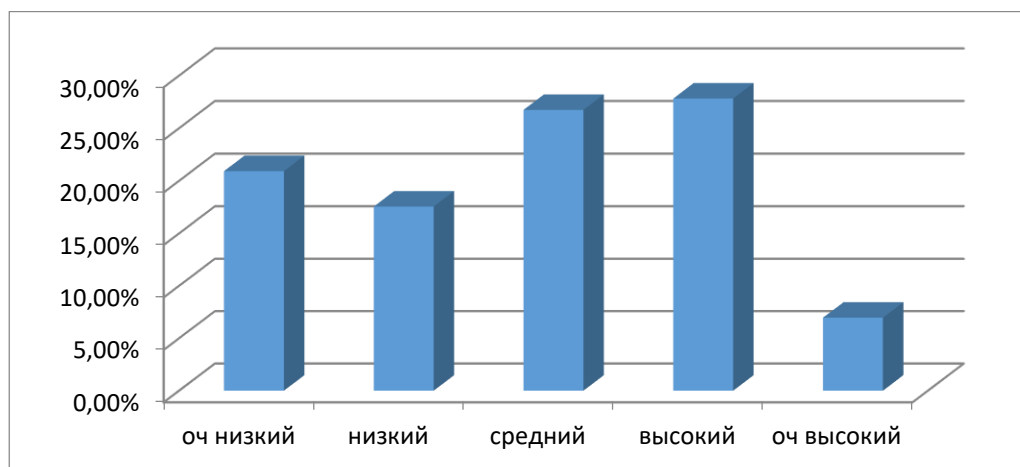


Рис. 1. Результаты исследования испытуемых по показателю внутриличностного эмоционального интеллекта

Исходя из полученных результатов, можно сделать вывод, что больше половины испытуемых имеют средний и высокий уровень внутриличностного эмоционального интеллекта. В то же время реже всего встречается очень высокий уровень внутриличностного эмоционального интеллекта.

В ходе тестирования испытуемых по показателю межличностного эмоционального интеллекта получены следующие результаты.

Для наглядности результаты исследования по показателю межличностного эмоционального интеллекта представлены на рисунке 2.

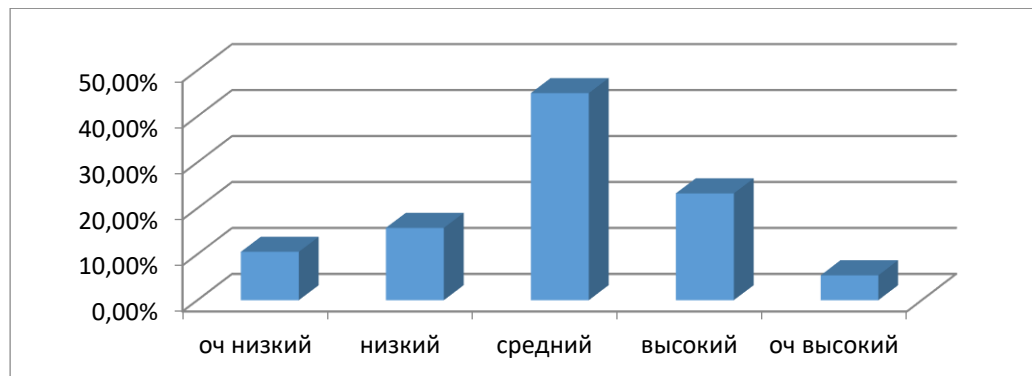


Рис. 2. Результаты исследования испытуемых по показателю уровень межличностного интеллекта

Полученные результаты позволяют сделать вывод, что средний уровень межличностного эмоционального интеллекта у студентов значительно преобладает среди других. В то же время реже всего встречается очень высокий и очень низкий уровень межличностного эмоционального интеллекта.

В ходе тестирования испытуемых по показателю «понимание эмоций» получены следующие результаты.

Для наглядности результаты исследования по показателю «понимание эмоций» представлены на рисунке 3.

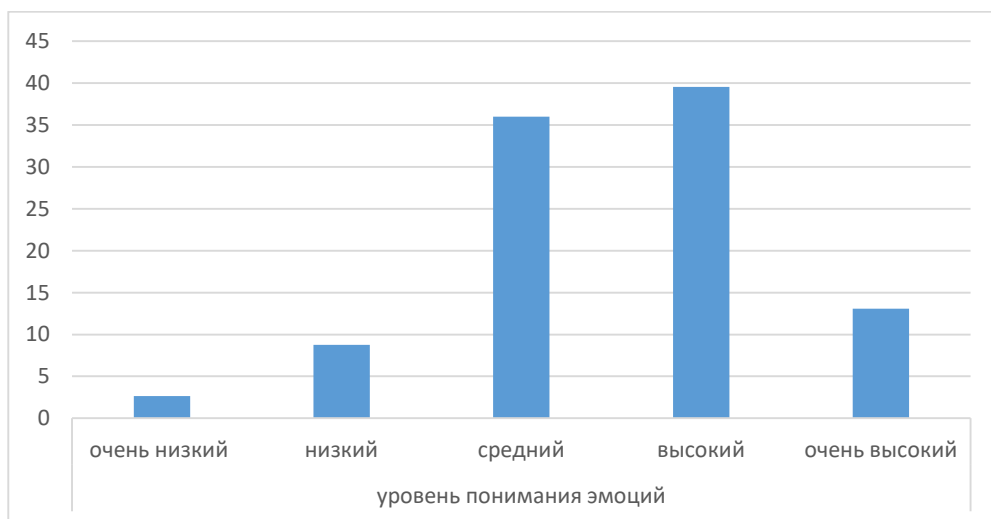


Рис. 3. Результаты исследования испытуемых по показателю «понимание эмоций»

Полученные результаты позволяют сделать вывод, что средний и высокий уровень понимания эмоций у студентов значительно преобладают среди других.

В ходе тестирования испытуемых по показателю «управление эмоциями» получены следующие результаты.

Для наглядности результаты исследования по показателю «управление эмоциями» представлены на рисунке 4.

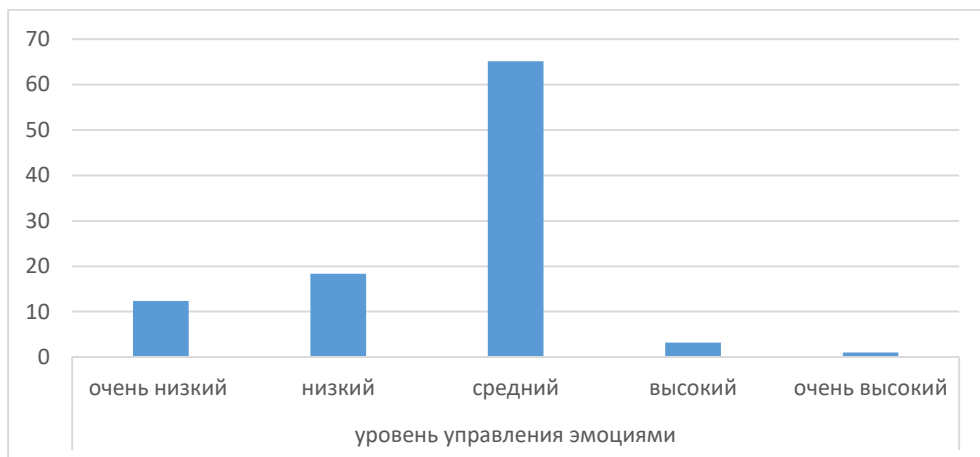


Рис. 3. Результаты исследования испытуемых по показателю «управление эмоциями»

Полученные результаты позволяют сделать вывод, что средний уровень управления эмоциями у студентов значительно преобладает среди других.

Анализ результатов исследования показал, что среди студентов преобладают лица:

1. со средним и высоким уровнем внутриличностного эмоционального интеллекта (26,74% и 27,82%);
2. со средним уровнем межличностного эмоционального интеллекта (45,06%);
3. со средним и высоким уровнями понимания эмоций (35,98% и 13,09%);
4. со средним уровнем управления эмоциями (65,12%).

Таким образом, студенты обладают средним и высоким уровнями внутриличностного эмоционального интеллекта, что позволяет им лучше понимать эмоции других людей. Уровень межличностного эмоционального интеллекта студентов средний, что позволяет студентам понимать и управлять собственными эмоциями, что также является необходимым для учебы и работы по профессии. Уровень понимания эмоций у студентов также средний и высокий, что позволяет им понимать свои и чужие эмоции. Уровень управления эмоциями у студентов средний, что увеличивает у них способность к управлению своими и чужими эмоциями.

Решением выявленной проблемы представляется введение в учебный план и образовательную программу вузов дисциплины по выбору «Тренинг коммуникативной компетентности», которая включала бы в себя практические занятия,

направленные на моделирование различных ситуаций, овладение навыками конструктивной обратной связи, освоение студентами техник перевода обращения из плоскости психоэмоционального отреагирования человека своих проблем в контекст профессиональных формулировок.

Список литературы

1. Люсин Д. В. Опросник на эмоциональный интеллект ЭМИн: новые психометрические данные // Социальный и эмоциональный интеллект: от моделей к измерениям / под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. М.: Ин-т психологии РАН, 2009. С. 264–278.

Научный руководитель – С. Е. Мухина,
канд. психол. наук, доц. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

УДК 316.47

Темнякова Яна Викторовна

*студентка 4 курса, направление «Психолого-педагогическое образование»,
профиль «Психология образования», факультет психологии, Новосибирский
государственный педагогический университет, г. Новосибирск, Россия*

ОПТИМИЗАЦИЯ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация. Работа посвящена проблеме изучения межличностных отношений подростков со сверстниками и родителями. Рассматриваются факторы, оказывающие влияние на особенности межличностных отношений подростка с окружающими людьми. Вычислены наиболее и наименее распространенные типы межличностных отношений на основе материалов научного исследования. Даны психолого-педагогические рекомендации для учителей, работающих с подростками с самым распространенным типом межличностных отношений.

Ключевые слова: межличностные отношения, дружба, агрессивность, подростковый возраст.

Temnikova Yana Viktorovna

*4th year Student, direction “Psychological and pedagogical education”,
profile “Psychology of Education”, Faculty of Psychology, Novosibirsk State
Pedagogical University, Novosibirsk, Russia*

OPTIMIZATION OF INTERPERSONAL RELATIONS IN ADOLESCENTS

Abstract. This work is devoted to the problem of studying interpersonal relations of adolescents with peers and parents. The factors influencing the peculiarities of interpersonal relations of a teenager with surrounding people are considered. The most and least common types of interpersonal relationships are calculated on the basis of scientific research materials. Psychological and pedagogical recommendations are given for teachers working with adolescents with the most common type of interpersonal relationships.

Keywords: interpersonal relationships, friendship, aggressiveness, adolescence.

В подростковом возрасте активно происходит самопознание личности, происходит это отчасти благодаря межличностным отношениям в социуме, что влияет на развитие индивидуальности, именно поэтому данная тема всегда важна и актуальна. Ведущей деятельностью в подростковом возрасте является интимно-личностное общение [1]. Общение со сверстниками имеет первостепенное значение. Манера общения со старшими также меняется, подростки проявляют желание считаться взрослыми в глаза у окружающих, стремятся к полной автономии, к большому уважению со стороны окружающих его людей. Вместе с этим подростки могут вести себя враждебно, отрицать чужое мнение и совершенно не воспринимать слова и заботу взрослых, отрицать их авторитет. Специфика межличностного взаимодействия заключается в том, что именно в этот период, как бы не были важны родители и окружающие взрослые, подростки придают больше значения общению со своими сверстниками. Коммуникация с друзьями можно назвать важным фактором по нескольким причинам. С помощью именно этой коммуникации подростки узнают и передают важную для них информацию, особенно ту, которую не могут по каким-то причинам рассказать родители. Также коммуникация сверстников является специфическим типом межличностных отношений. Работа в группах, коллективах и даже парах помогает развитию необходимых навыков социального взаимодействия, которые сочетают в себе подчинение общим правилам и отстаивания своего мнения. Соревновательный элемент между сверстниками так же специфичен для подростковых отношений, ведь его нет в отношениях с родителями. В отношениях с друзьями и компанией сверстников носит также существует особый вид эмоционального контакта, который получается благодаря совместной коллективной принадлежности и взаимопомощи, что в свою очередь способствует формированию чувства значимости, признания и подтверждения собственной важности.

Мною было проведено исследование, эмпирическая выборка которого состояла из 60 учащихся 6-8 классов, возрастом от 12 до 17 лет, младшего и старшего подросткового возраста по периодизации Д. Б. Эльконина. С целью изучения межличностных отношений подростков исследование было проведено по методике Т. Лири «Диагностика межличностных отношений». Методика предназначена для изучения особенностей, стиля и структуры межличностных отношений, помогает выделить тип межличностных отношений, который преобладает.

По данным исследования в данной выборке учащихся большинству испытуемых свойственен авторитарный тип отношений (18 человек), обычно к такому типу отношений относятся сильные личности с властным характером, которые привыкли полагаться только на свое мнение, не учитывая мнения окружающих. С другой стороны, такие личности, как правило, уверенные в себе, упорны и настойчивы в работе и важных делах.

Немного меньшему количеству испытуемых (15 человек) свойственен альтруистический тип отношений, такие люди способны ставить чужие интересы выше своих, они добры и заботливы по отношению к окружающим, умеют под-

держат и приободрить человека в нужный момент. Но также такие люди могут быть навязчивы в своей заботе или помощи, забыть о собственных нуждах.

Далее по убыванию некоторым испытуемым свойственен дружелюбный тип (9 человек), таким людям характерна эмоциональная лабильность, высокая эмпатичность и инициативность в общении. Люди с дружелюбным типом общительны и любезны, но могут быть слишком заиклены на одобрении и признании окружающих.

Для 7 испытуемых свойственен эгоистический тип, такие люди стремятся все контролировать, они самодовольны, расчетливы и склонны к соперничеству, могут перекладывать работу на других. Работа в группе с такими людьми часто тяжела и полна конфликтов. С другой стороны, в индивидуальной работе такие личности независимы и могут быть критичны к себе и своим способностям.

Для 6 испытуемых свойственен агрессивный тип, который напоминает эгоистический высоким риском конфликтов. Такие люди враждебны по отношению к окружающим, требовательны, резкие в оценке, упрямые и порой даже жестокие. Однако, такие личности весьма упорные, настойчивые и энергичные.

Подозрительный тип свойственен для трёх испытуемых, таким людям характерны отчужденность, обидчивость, недоверие к миру и окружающим людям, неуверенность в себе, замкнутость и вербальная агрессия. Но также такие люди, опираются на конкретный опыт, реалистичность, практичность.

Подчиненный тип свойственен одному испытуемому. Такие люди пассивны, покорны, слабовольны и застенчивы, склонны приписывать себе вину. Но также подобные люди эмоционально сдержаны и честно выполняют поставленную им задачу.

Также для одного испытуемого свойственен зависимый тип. Как и подчиненный тип, эти люди часто не уверены в себе, но также тревожны, боязливы и излишне доверчивы. Но с другой стороны, они мягки и вежливы в отношениях с людьми.

Как уже писалось ранее, больше всего среди подростков распространен авторитарный тип межличностных отношений. С таким типом у подростка появляются некоторые сложности в построении успешных отношений со сверстниками. Переоценка собственных возможностей, требования повышенного уважения и нетерпимость к критике затрудняют процесс социализации в классе, такие подростки плохо ладят с одноклассниками и менее успешно работают в группе. На основе этого мною были выдвинуты следующие психолого-педагогические рекомендации для учителей, работающих с подростками, преобладающий тип межличностных отношений, которых – авторитарный. Главная цель рекомендаций – оптимизация межличностных отношений, главные задачи – развитие эмпатии у учащихся и развитие групповой сплоченности. Для реализации данных задач рекомендуется проводить различные коллективные тренинги или игры. Например, для развития эмпатии предлагается следующий алгоритм:

1. Определение уровня развития эмпатии («Диагностика уровня эмпатии В.В. Бойко»)

2. Создание условий для развития эмпатии (специальное воздействие с помощью различных методов: кинотренинг, дневник эмоций, групповые дискуссии)

3. Развитие эмпатийного поведения педагога по отношению к ученикам (наблюдение за эмоциональными состояниями, проявление внимания к учащимся, обсуждения с ними их чувств и эмоций)

4. Установление эмпатийного поведения между одноклассниками (Дидактическая игра: «Передача чувств», «Глаза в глаза», «Доброе животное»).

Для развития групповой сплоченности предлагается следующий алгоритм:

1. Организация совместной деятельности учащихся (в том числе внеклассные мероприятия, например, игры «Путаница» или «Интуиция»)

2. Постановка общей значимой для учащихся цели (победа во внутришкольных соревнованиях)

3. Создание органа самоуправления внутри класса (ответственные за уборку класса в конце дня)

4. Поддержание и стимулирование отношений в классе со стороны учителя

5. Планомерная смена поручений учащихся в самоуправлении

6. Установка традиций класса (систематическое чаепитие или совместные походы в культурно-развлекательные учреждения)

7. Поощрение сотрудничества учащихся при выполнении общих дел, стимулирование добровольной взаимопомощи в учении.

Таким образом, были рассмотрены факторы, оказывающие влияние на особенности межличностных отношений подростка с окружающими и типы межличностных отношений. На основе данных исследования вычислены наиболее и наименее распространенные типы. Разработаны рекомендации для педагогов, которые взаимодействуют с подростками с преобладающим авторитарным типом межличностных отношений, с учетом проблем, характерных именно данному типу.

Список литературы

1. *Абрамова Г. С.* Возрастная психология: учебник и практикум для академического бакалавриата. М.: Прометей, 2018. 814 с.

2. *Казарян К. А.* Межличностные отношения как предпосылка формирования представлений друг о друге // Российский психологический журнал. 2009. № 1. С. 107–110.

3. *Коломинский Я. Л.* Социальная психология взаимоотношений в малых группах. М.: АСТ, 2010. 446 с.

4. *Можгинский Ю. Б.* Агрессия подростков: эмоциональный и кризисный механизм. СПб.: Лань, 1999. 128 с.

5. *Мухина В. С.* Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. М.: Академия, 2006. 608 с.

6. *Семенюк Л. М.* Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции. М.: Моск. психолого-социальный ин-т: Флинта, 2008. 176 с.

Научный руководитель – *О. С. Зорькина*,
канд. психол. наук, доц. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

Томашевская Юлия Евгеньевна

студентка 2 курса, направление «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)», профиль «Иностранный (английский) и иностранный (французский) язык», факультет иностранных языков, Новосибирский государственный педагогический университет, yulya_tomashevskaya@mail.ru, г. Новосибирск, Россия

ВЛИЯНИЕ ИСКУССТВЕННОЙ БИЛИНГВИЧЕСКОЙ СРЕДЫ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация. В работе рассматривается приобщение дошкольников к иностранному языку в рамках искусственной билингвической среды, раскрывается понятие билингвизма, выявляются психологические особенности детей дошкольного возраста, изучается и прослеживается динамика развития высших психических функций (память, мышление, внимание, восприятие, воображения и др.) и личностных качеств детей, а также формирование вторичной языковой личности в процессе обучения в искусственной билингвической среде. Исследование данной проблемы позволит применять полученные выводы при разработке языковых образовательных программ для успешного введения ребенка в искусственную языковую среду, а также при стимулировании и поддержании интереса к иностранному языку у детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: обучение английскому языку, дошкольное образование, дошкольный возраст, когнитивное развитие, вторичная языковая личность, искусственный билингвизм, психологические особенности.

Tomashevskaya Yulia Evgenievna

2nd year Student, direction "Pedagogical education (with two training profiles)", profile "Foreign (English) language and Foreign (French) language", Faculty of Foreign Languages, Novosibirsk State Pedagogical University, yulya_tomashevskaya@mail.ru, Novosibirsk, Russia

THE INFLUENCE OF THE ARTIFICIAL BILINGUAL ENVIRONMENT ON THE PSYCHOLOGICAL DEVELOPMENT OF A CHILD OF THE PRE- SCHOOL AGE

Abstract. In this article we consider an introduction of preschoolers to a foreign language through artificial bilingual environment, reveal definition of bilingualism, identify psychological peculiarities of preschool age, explore and trace the dynamic of the development of the higher mental functions (memory, thinking, attention, perception, imagination and etc.) and personality traits of children but also a formation of the secondary linguistic personality during studying at the artificial bilingual environment. The research of the problem will allow applying received conclusions for elaborating an educational program for successful joining of a child in the artificial bilingual environment and also for encouraging and maintaining the interest of the preschoolers in the foreign language.

Keywords: teaching of English language, preschool education, preschool age, cognitive development, secondary linguistic personality, artificial bilingualism, psychological peculiarities.

Значимость английского языка в современном мире неопределима. Он является международным языком общения, применяется во многих сферах общественной жизни. Более того, современный человек без определенных лингвистических познаний не может использовать новейшие блага цивилизации. Знание языка с каждым годом становится всё востребованнее, ведь оно не только дает человеку возможность безграничного общения, продвижения по карьере и углубления в культуру других стран, но и влияет на развитие когнитивных процессов, таких как внимание, воображение, память и др. Именно поэтому последние несколько лет родители всё чаще задумываются о том, чтобы с самого раннего возраста обучать ребёнка иностранному языку, погружая его в искусственную билингвистическую среду.

Следует отметить, что термин «билингвизм» произошёл от двух латинских слов: «bi», которое переводится как «два» и «lingua» – «язык» [2, с. 49]. Поэтому чаще всего этим понятием называют двуязычие или владение в совершенстве двумя или более языками. Существует два вида билингвизма: естественный, при котором изучение иностранного языка является средством адаптации к новой языковой среде [12, с. 11], и искусственный билингвизм, при котором овладение вторым языком происходит не посредством естественных контактов с его носителями, а через целенаправленное изучение (под руководством учителя, в учебной аудитории) [9].

Многие склоняются к тому, что дошкольный возраст является самым подходящим периодом для изучения иностранного языка, так как именно в это время психические функции ребёнка являются наиболее гибкими, что позволяет ему легко приспосабливаться к новым условиям и усваивать огромный объём информации. В этот период закладываются основы интеллекта, воображения, произвольной памяти и внимания, совершенствуется мышление. Наблюдается дальнейшее развитие органов чувств, а именно: начинает развиваться глубинное зрение, повышается острота слуха и способность к различению звуков, благодаря чему у детей в этот период наиболее активен речевой и фонетический слух, развита чуткость к интонационной и ритмической стороне речи. В то же время объемное восприятие предметов и способность различать цвета у них хуже, чем у детей школьного возраста. У дошкольника преобладает наглядно-действенная форма мышления, и в то же время складывается наглядно-образная: ребёнок начинает представлять понятия в виде образов. Данный возраст отличается активной любознательностью, точностью и прочностью произвольного запоминания, что помогает малышу изучать окружающий мир, быстро впитывать знания и адаптироваться к новым условиям.

Кроме того, внутренней речи у ребёнка пока не существует, поэтому речь становится орудием мышления малыша: он начинает озвучивать свои мысли, эмоции и даже действия. А из-за того, что дети осваивают новый язык параллельно родному, они не считают его чужим, поэтому легче перенимают новые слова, новую культуру и новый строй мыслей, что позволяет им владеть обоими языками в одинаковой мере.

К тому же, согласно Л. С. Выготскому, в этот период главными функциями речи ребенка являются функция установление контакта с окружающим миром и функция сообщения [цит. по 1] Стремление ребёнка к социализации позволяет ему быстрее запоминать слова, конструкции, артикуляцию звуков, запомнить буквы и приобрести первичные навыки чтения, расширить и уточнить словарный запас. Этот факт также подтверждает нам преимущество данного возраста для изучения иностранного языка.

Однако мнения психологов и педагогов насчёт раннего изучения иностранного языка разделились: одни считают, что введение ребёнка в искусственную билингвическую среду способствует его всестороннему развитию; другие же являются противниками этой идеи и считают, что она не только не помогает гармоничному развитию ребёнка, но и даже вредит ему.

Например, Б.В. Беляев, Е.С. Ильинская, В.И. Ильина, И.А. Зимняя и другие ученые видели проблемы обучения иностранному языку дошкольников в их восприятии и понимании речи, осознании языка, взаимосвязи языка и мышления, языка и речи, языка и др.

Н.Г. Ляпенкова отмечала, что введение ребёнка в искусственную билингвическую среду может повлечь за собой проблемы с овладением родным языком, а также различные дефекты речи.

Великий французский философ и педагог Ж.-Ж. Руссо в своем романе «Эмиль или о воспитании» отзываясь о раннем обучении иностранным языкам следующим образом: «Иной будет удивлен, что я отношу изучение языков к числу вещей бесполезных в воспитании; но он не должен забывать, что я говорю здесь только о занятиях первоначального возраста; что бы там ни толковали, я не думаю, чтобы какой-нибудь ребенок – я не говорю о чудесах – мог до 12- или 15-летнего возраста действительно изучить два языка» [8, с. 74–75]. Педагог был уверен, что учить иностранный язык до младшего подросткового возраста нелогично и даже вредно, так как, таким образом, мы создаём вторую систему мышления – мышление на иностранном языке, в то время как не сформирована ещё первая.

И.М. Шутова говорит, что дошкольный возраст может служить только подготовительным этапом к изучению иностранному языку, так как в этот период закладывается основа для дальнейшего овладения навыками чтения и письма на иностранном языке.

В то же время Сибель Тектен придерживалась совершенно другой позиции. В её работах говорится о преимуществе дошкольного возраста для изучения иностранных языков, ввиду особой активности психологических процессов и лёгкости усвоения языков, по сравнению с более старшим возрастом.

К.Д. Ушинский же был уверен, что маленький ребенок может научиться говорить на иностранном языке за несколько месяцев намного лучше, чем взрослый за несколько лет [цит. по 4].

Л.С. Выготский придерживался того, что дети дошкольного возраста в силу своего высокого уровня речевого развития с особой лёгкостью усваивают тот или иной иностранный язык. Он был уверен, что ранний возраст был создан для изу-

чения языков, и чем раньше ребёнок начнёт учить второй язык, тем более эффективно он будет им овладеть. Кроме того, он был уверен, что «...овладение двумя-тремя языками не замедляет овладения каждым из них в отдельности» [10, с. 17].

Так всё-таки, давайте разберёмся, положительное или отрицательное влияние оказывает искусственная билингвическая среда на психологическое развитие дошкольников?

Многие учёные из отечественной (Ю. П. Азаров, Л. С. Выготский, С. И. Рубинштейн) и зарубежной психологии (Дж.Брунер, Б.Уайт, Р.Робертс, Т.Элиот) уже не раз доказывали, что ребёнок овладевает иностранным языком намного легче и быстрее, чем взрослый, а также, что введение ребёнка в искусственную билингвическую среду способствует ускоренному развитию когнитивных процессов [цит. по 6].

Введение ребёнка в новую языковую систему и культуру стимулирует познавательные потребности ребёнка, развивает его тягу к знаниям. Ребёнок начинает осознавать себя как индивидуальность и понимать свою принадлежность к определённому народу, стране, которые имеют свои собственные традиции, особенности, ценности. Также у него закладываются представления о других культурах и языках, что расширяет границы его познания и формирует у него «языковую и глобальную картину мира».

Отмечается, что дети, которые обучаются иностранному языку, отличаются более развитыми когнитивными способностями, высокоразвитыми способностями структурировать и систематизировать информацию, применять творческий подход для решения поставленных задач [7].

Иностранный язык у детей данного возраста способствует формированию некоторых процессов абстрактного и логического мышления, поскольку он заставляет малышей прибегать к анализу и синтезу, сравнивая, выражения и слова из разных языков. Также соотношение образов и понятий в голове ребёнка помогает развивать образное мышление и воображение. Таким образом, мышление ребёнка становится более гибким, активным, открытым, восприимчивым к новому, легче усваивает и запоминает информацию.

Искусственный билингвизм стимулирует развитие произвольного внимания и памяти, так как детей спрашивают на уроках ранее пройденный материал, заставляя их применять сознательное усилие для запоминания и воспроизведения информации. Более того, ребята начинают целенаправленно сосредотачиваться, чтобы понять смысл сказанного на иностранном языке, таким образом, развивая устойчивость, объём и концентрацию внимания.

Также важно подчеркнуть, что именно дошкольный возраст является прекрасной почвой для образования вторичной языковой личности, так как у ребёнка ещё нет полностью сформированной первичной структуры личности (в которую входят языковая система, ценности, культура, логика, строй мыслей своего родного языка и т.д.), поэтому ему легче перестроить свою систему мыслей и представлений на другой язык и создать вторую языковую картину мира. Благодаря введению обучающегося в искусственную билингвическую среду, процесс приобщения

ребёнка к культуре иностранного языка, его ценностям, идеям и идеалам проходит намного быстрее и эффективнее, что, соответственно, ускоряет процесс формирования вторичной языковой личности.

Помимо этого, в процессе изучения языка, ребёнок развивает множество личностных качеств личности, такие как эмпатия, понимание, толерантность, любознательность. Регулярные занятия воспитывают в ребенке дисциплину, а групповые уроки социализируют его и параллельно формируют в учащемся умение слушать и слышать, а также такие качества, как терпимость, открытость, искренность.

Однако следует понимать, что только при психологической и языковой готовности ребёнка к изучению иностранного языка, а также при благоприятной для изучения языка среде, можно достичь значимых результатов. Довольно часто неструктурированное и бессистемное введение ребёнка в среду искусственного билингвизма влекло за собой большие и тяжёлые последствия: проблемы с развитием когнитивных процессов, фонетики и появление дефектов речи. Существует несколько причин, почему так происходит.

Проблемы развития речевой функции, а именно фонетические и интонационные ошибки, различные дефекты речи происходят из-за неправильно сформированного артикуляционного аппарата (короткая подъязычная уздечка, неправильный прикус, плохо шевелятся губы, и т.д.), особенностей здоровья ребёнка (нарушение слуха, зрения, задержка в развитии и др.) или плохой постановки произношения родного языка. В таком случае части мозжечка, которые хранят память о языках, получают неадекватный сигнал, и связь между органами речи и мозгом нарушается, что приводит к тому, что данный отдел посылает такой же некорректный сигнал к органам речи, и ребенок либо начинает искажать слова, либо перестаёт говорить.

Также, считается, что из-за недостаточной степени усвоения родного языка раннее введение нового может привести к неосознанному смешению языков: ребёнок будет постоянно путать слова из разных культур; изобретать новые слова; терять логику повествования из-за смешения грамматических структур; использовать звуки другого языка. Такое часто приводит к ухудшению качеств речи: логической и фонетической понятности, уместности, правильности. Впоследствии это также может отразиться на самооценке и формировании личностных качествах ребёнка. Он может стесняться своих недостатков, чувствовать себя изгоем в обществе нормальных детей, из-за чего может стать замкнутым, тревожным и неуверенным в себе.

Ещё одной опасностью искусственной билингвической среды в раннем возрасте является поступление чрезвычайно огромного объёма информации, которого ребёнок порой не способен переварить. Когда детский мозг чувствует, что переполнен, он перестаёт воспринимать новую информацию, появляется переутомление, снижение мозговой и физической активности, притупленность внимания, заторможенность. Также насильственное обучение и чрезмерное давление на ребёнка могут

совсем отбить у ребёнка желание к какой-либо познавательной деятельности и сделать малыша замкнутым, слабовольным, инертным или агрессивным.

Рассмотрение всех аспектов данной темы позволило нам выявить следующее рекомендации для педагогов и родителей, которые помогут успешно внедрить ребёнка в искусственную билингвическую среду, а также развить его способности:

1. Перед началом изучения второго языка необходимо проверить психологическую и языковую готовность ребёнка к этому. У него не должны отсутствовать дефекты речи, преобладать достаточный уровень усвоения родного языка

2. Стремиться создать систему обучения, которая позволяет применять новый язык, его культуру и особенности в других видах деятельности (музыка, танцы, рисование и др.)

3. Пытаться мотивировать ребенка (мультки, рисование, игры, двигательная активность и др.)

4. Создать условия для удовлетворения познавательных, игровых, личностных потребностей ребенка и для реализации его способностей

5. Не давить на ребёнка с обучением

6. Давать посильные поручения и задания, основываясь на психологических особенностях данного возраста. Не требовать от ребёнка того, что он физически или психологически не способен сделать

7. Дозировать информационную нагрузку (в зависимости от каждого ребёнка), чтобы не перенапрягать малыша

8. Стараться задействовать когнитивные процессы ребёнка во время общения на иностранной языке (память, внимание, мышление и др.) с целью их развития

9. Поощрять интерес ребёнка

10. Регулярно использовать иностранный язык

11. Приобщать ребёнка к иностранной культуре, их ценностям и особенностям

12. Проявлять терпение по отношению к ребёнку, сохранять спокойствие

В заключение мы бы хотели сказать, что включение ребёнка в искусственную билингвическую среду действительно положительно влияет на психологические процессы ребёнка. Однако важно подчеркнуть, что не каждый ребёнок способен усваивать иностранный язык в столь раннем возрасте, поэтому, чтобы не навредить малышу, необходимо рассматривать психологическую и языковую готовность каждого ребёнка по отдельности. Также следует помнить, что изучение иностранного языка является не целью, а лишь средством развития ребенка, одной из возможностей удовлетворения его познавательных потребностей и его следует изучать в системе с другими, поэтому ни в коем случае не стоит перенагружать ребёнка или давить на него. А для достижения эффективного результата в процессе обучения ребёнка в искусственной билингвической среде, необходимо искать индивидуальный подход к каждому малышу, опираясь на его когнитивные и личностные особенности. В центре обучения должен находиться сам ребенок, его мо-

тивы, цели, его неповторимый психологический склад, только тогда данная деятельность может принести свои плоды.

Список литературы

1. *Выготский Л. С.* Младенческий возраст // Собрание сочинений. Т. 4. М., 1994.
2. *Жеребило Т. В.* Словарь лингвистических терминов. Назрань: Пилигрим, 2005. 487 с.
3. *Жирнова Е. В.* Влияние раннего обучения иностранному языку на развитие детей // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Педагогика. 2011. № 2. С. 61–64.
4. *Киричик Е. С.* Учет психологических особенностей детей дошкольного возраста при обучении иностранному языку [Электронный ресурс] // Подолання мовних та комунікативних бар'єрів: освіта, наука, культура: збірник наукових праць / под ред. О. В. Ковтун, С. М. Ягодзінського. Брест: НАУ, 2019. С. 260–265. URL: https://www.b17.ru/article/obuchenie_doshkolnikov_inostrannomu/ (дата обращения: 27.11.2022).
5. *Колодина Е. О.* Искусственный билингвизм как средство развития когнитивных способностей детей поколения альфа // Преимущество в образовании. 2021. № 29 (8). С. 216–223.
6. *Ломакина Г. Р.* Раннее обучение иностранному языку: плюсы и минусы [Электронный ресурс] // Молодой ученый. 2014. № 20 (79). С. 597–599. URL: <https://moluch.ru/archive/79/13756/> (дата обращения: 27.11.2022).
7. *Николаева А. Ю.* Формирование билингвальной образовательноразвивающей среды на дошкольном этапе обучения иностранному языку: дис. ... канд. пед. наук. М., 2017. 223 с.
8. *Руссо Ж.-Ж.* Эмиль, или О воспитании // Педагогические сочинения: в 2 т. Т. 1. М., 1981. 656 с.
9. *Сахарова А. В.* Перспективы раннего формирования вторичной языковой личности в ситуации искусственного билингвизма: социальный аспект // Манускрипт. 2018. № 12-1 (98). С. 126–129.
10. *Утехина А. Н.* Иностранный язык в дошкольном возрасте: теория и практика: учеб. пособие. М.: ФЛИНТА, 2018. 186 с.
11. *Хазиева М. Ф.* Влияние изучения иностранных языков на психическое развитие дошкольников // Вестник Башкирского государственного педагогического университета им. М. Акмуллы. 2017. № 3 (43). С. 112–119.
12. *Черничкина Е. К.* Искусственный билингвизм: лингвистический статус и характеристики: автореф. дис. ... д-ра филол. наук. Волгоград, 2007. 31 с.

Научный руководитель – *О. С. Зорькина*,
канд. психол. наук, доц. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

УДК 159.9

Федотова Наталья Алексеевна

*студентка 4 курса, направление «Психология», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
natali_klad@mail.ru, г. Новосибирск, Россия*

НАПРАВЛЕННОСТЬ ЛИЧНОСТИ И САМООЦЕНКА В МЛАДШЕМ ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация. В статье приведены результаты диагностики направленности личности и самооценки в младшем подростковом возрасте. Гипотеза исследования заключается в предположении,

что существует наличие прямой взаимосвязи направленности личности и самооценки у младших подростков. В статье отображены результаты анализа взаимосвязи самооценки и направленности личности младшего подростка. Обнаружена связь между самооценкой и направленностью личности младшего подростка.

Ключевые слова: направленность личности, самооценка, младший подростковый возраст, уровень самооценки личности, изменчивость, личностные характеристики.

Fedotova Natalia Alekseevna

*4th year Student, direction "Psychology", Faculty of Psychology,
Novosibirsk State Pedagogical University, natali_klad@mail.ru, Novosibirsk, Russia*

PERSONALITY ORIENTATION AND SELF-ESTEEM IN EARLY ADOLESCENCE

Abstract. The article presents the results of diagnostics of responsibility and self-esteem in younger adolescence. The hypothesis of the study is the assumption that there is a direct relationship between responsibility and self-esteem in children in early adolescence. The article shows the results of the analysis of the relationship between self-esteem and responsibility of a younger teenager. The connection between self-esteem and responsibility of a younger teenager was found.

Keywords: responsibility, self-esteem, younger adolescence, the level of self-esteem of the individual, variability, personal characteristics.

Понимание особенностей развития самооценки в младшем подростковом возрасте и реагирование на них поддерживающими способами является центральным среди принципов образования среднего уровня [1]. В возрасте 10-13 лет, отличном периоде человеческого роста и развития между детством и юностью, младшие подростки переживают быстрое развитие, формируют убеждения и установки, а также перенимают привычки в отношении здоровья и социального поведения, которые закладывают основу для взрослой жизни. Хотя младшие подростки могут иметь общие характеристики развития, у каждого из них есть особый опыт, уникальные перспективы и индивидуальные черты. Поддержка молодых людей в этот решающий период их жизни требует признания общей точки зрения младших подростков, в то же время признавая, что люди по-разному переживают ранний подростковый возраст.

Неспособность сделать это создает эссенциализированную версию развития младшего подростка, которая неизбежно создает дихотомию между теми, кто является типичным и нетипичным. Младшие школьники могут осуществлять самоконтроль только под руководством взрослого и с участием сверстников. Представления о себе основа самооценки младших школьников. Самосознание ребенка осуществляется в учебной деятельности.

Изучив основные научные подходы к формированию направленности личности в младшем подростковом возрасте, можно заключить, что в последние годы в системе образования появились новые программы, которые пытаются работать над приобретением навыков направленности личности. Стиль нравственного поведения ребенка можно объяснить, приняв во внимание его семейное происхож-

дение и домашнюю обстановку. Направленность личности зависит от наблюдения за моральным поведением других людей, особенно после наблюдения за тем, как ведут себя их родители. Традиционно семейная социализация считалась важным фактором психосоциального благополучия детей и базовой теоретической конструкцией для понимания скорректированного поведения в обществе. Оценка процесса социализации требует теоретической перспективы, которая концептуализирует, как родители могут влиять на своих детей. Некоторые авторы подчеркивают роль, которую играют родители, поскольку они выступают в качестве модели просоциального поведения и как модели моральных ограничений. Фактически, исследования обнаружили доказательства того, что те люди, которые наблюдали просоциальные модели, как правило, более просоциальны, чем те, кто никогда с ними не сталкивался.

Самооценка помогает принимать самих себя и ценить уникальные качества ребенка в младшем подростковом возрасте. Подростки должны знать свои слабые стороны, но также должны осознавать свои сильные стороны и позволять им развиваться. Дело не в том, чтобы быть эгоистичным, дело в том, чтобы быть реалистом и поддерживать свою самооценку. Самоуважение – это признак уважения к себе и другим. Человек, который уважает себя, – это человек, который уважает других. И человек, который ценит себя, также ценит и других.

По мере того как я-концепция и самооценка младших подростков становятся более описательными, всеобъемлющими и организованными, у них начинает формироваться идентичность, целостное ощущение себя. Разрабатывая идентичность, молодые люди объединяют все, что они знают о себе, свои представления о себе, наряду со своими оценками самих себя, чтобы создать «я», которое будет целостным и непротиворечивым с течением времени. Достижение идентичности представляет собой успешное завершение этого процесса, установление целостного самоощущения после изучения целого ряда возможностей. В установлении чувства идентичности индивиды должны рассмотреть свое прошлое и будущее и прийти к пониманию своих ценностей, убеждений и целей в отношении призвания, политики, религии и сексуальности.

Организация и методы исследования:

База исследования: МБОУ г. Новосибирска СОШ № 7. Возраст учащихся составил от 12 до 13 лет. Общая выборка состояла из младших подростков возраста 12 лет в количестве 70 человек.

В ходе исследования нами были отобраны следующие **методики**:

Были определены методики исследования, которые кратко представлены ниже.

1. Тест «Самооценка» Л. Д. Столяренко, выбран для исследования уровня самооценки у младших подростков. Каждый человек определяет для себя идеалы ценных качеств личности. Данные свойства дают ориентир для человека в период его самовоспитания. При помощи данного теста появляется возможность определить представления об идеале.

2. Вторую методику, которую мы выбрали, называется «Социальная направленность» Б. Басса. Данная методика позволяет определить сформированность такого важного личностного качества подростков, как направленности личности.

Ниже на рисунках 1-4 наглядно представлены количественные результаты исследования по методике «Самооценка» Л.Д. Столяренко.

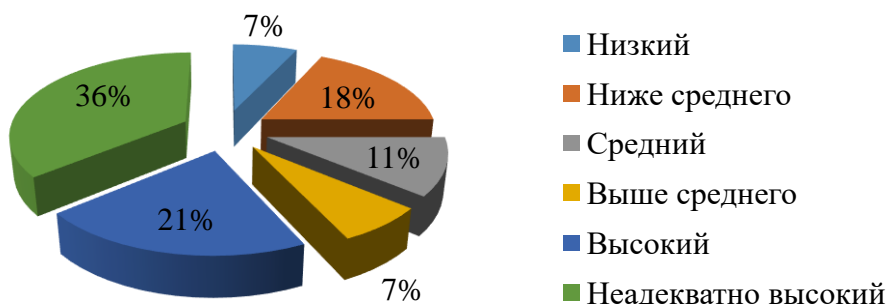


Рис. 1. Межличностные отношения

Из рисунка 1 следует, что в сфере межличностных отношений неадекватно завышенная самооценка преобладает у 37% испытуемых, что составляет большую часть. Далее по показателю высокой самооценки выделено 22% младших подростков. В этой же сфере 19% испытуемых составили подростки с уровнем самооценки ниже среднего, и самый низкий процент 7% и 4% набрали низкий уровень самооценки и выше среднего соответственно.

Неадекватно завышенная самооценка у младших подростков свидетельствует о высоком мнении о себе и следовательно о том, что отношения в социуме складываются неоднозначно, иногда это выливается даже в агрессию, у таких подростков проявляется чрезмерная реакция на критику в свой адрес.

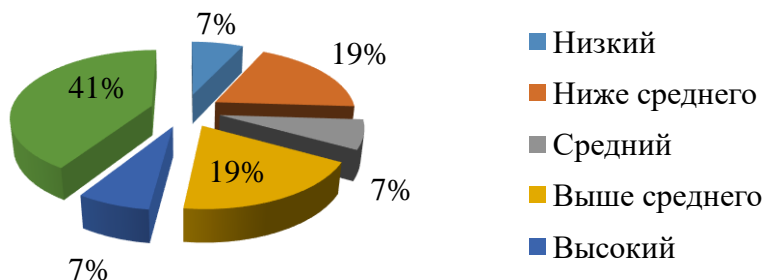


Рис. 2. Поведение

Неадекватно завышенный уровень самооценки по такому показателю как «Поведение» отмечен у 41% младших подростков, ниже среднего и выше среднего уровня самооценки выявлен у 19% младших подростков, а низкий, средний и высокий уровни самооценки определены у 7% испытуемых. По завышенным

показателям уровня самооценки можно констатировать, что такой тип людей склонны остерегаться неудач и стараются любой ценой избегать тех целей, которых не имеют гарантированных результатов.

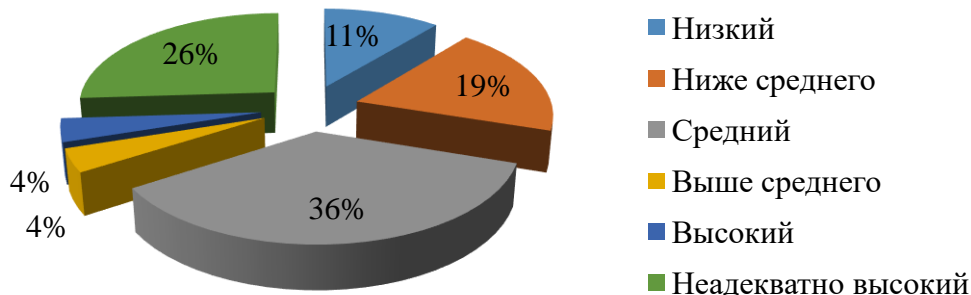


Рис. 3. Деятельность

По показателю «Деятельность» средний уровень самооценки зафиксирован у 36% испытуемых. По этому же показателю неадекватно завышенный уровень самооценки отмечен у 26% младших подростков. По уровню самооценки ниже среднего выявлено 19% испытуемых, 11% младших подростков набрали низкий уровень самооценки и, наконец, высокий уровень самооценки и выше среднего отмечен у 4% подростков. О гармоничности развития личности и сформированности своего образа «Я» независимо от мнения окружающих говорит средний уровень самооценки.

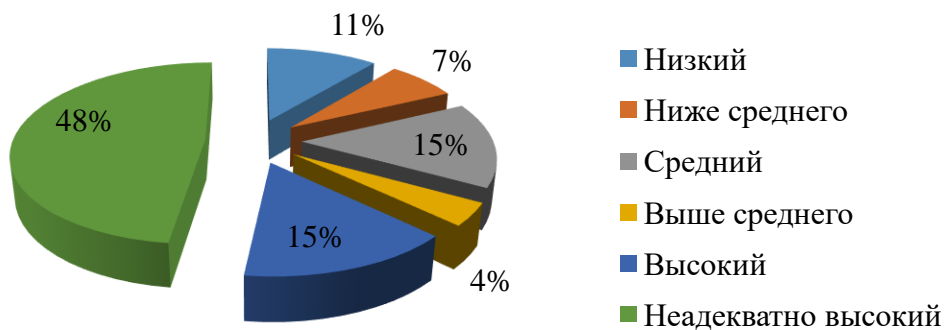


Рис. 4. Переживания и чувства

Как видно из рисунка 4 по показателю «Переживания и чувства» неадекватно высокий уровень самооценки зафиксирован у 48% испытуемых. Средний и высокий уровень отмечен у 15% младших подростков, низкий уровень самооценки присущ 11% испытуемым. Уровень самооценки ниже среднего определен

у 7 % младших подростков и 4% составили подростки с уровнем самооценки выше среднего. В данной ситуации о подростках, у которых неадекватно высокий уровень самооценки, можно сказать, что такие люди необъективно оценивают свой потенциал и в дальнейшем могут пострадать от идеализации своего «Я». Что касается эмоциональной стороны, то данный тип людей склонен не соглашаться и даже отрицать то, что будет идти в разрез с его собственным взглядом на самого себя. Соответственно будут появляться сложности в общении, т.к. у подростка искажена реальность и он смотрит на нее через призму эмоций.

Для испытуемых свойственна направленность на взаимодействие, а это отражает уровень их ответственности. Стоит отметить, что направленность на взаимодействие свойственна для младших подростков. Полученные данные отображены на рисунке 5.

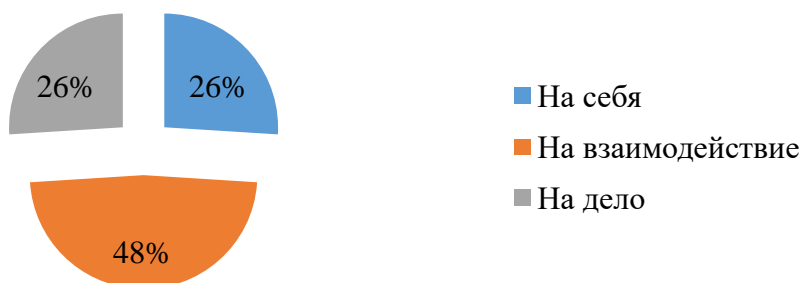


Рис. 5. Социальная направленность

Из рисунка 5 видно, что 48 % испытуемых имеют направленность на взаимодействие – 36 человек; по 21 человек (26%) имеют направленность на себя и на дело. Систематизировав полученные результаты, можно прийти к выводу о том, что для младших подростков характерна направленность на взаимодействие, младшие подростки испытывают чувство ответственности и самостоятельности.

Проведя анализ полученных данных можно заключить, что направленность на взаимодействие преобладает у младших подростков. Также была выделена категория сбалансированной направленности, к этой категории были отнесены показатели с небольшим расхождением в баллах, еще трое испытуемых (19%) обладали показателями сбалансированной направленности. Можно заключить, что данные подростки имеют направленность на себя и на взаимодействие равнозначно. Они готовы взять на себя ответственность за действия одноклассников, способны критически их оценить. Эти подростки обладают хорошими организаторскими способностями и умеют выслушать своих товарищей и прийти к общему мнению.

В ходе исследования мы также выделили категорию сбалансированной направленности. 9 молодых человек имеют уравновешенную направленность. Уравновешенные подростки обладают большей психологической зрелостью, они более социально зрелы, более активно используют стратегии совладания, такие

как поиск социальной поддержки, планирование решения проблем и позитивная переоценка.

Испытуемые чаще обращаются за советом, поддержкой к друзьям, родственникам, из окружения, общества, ищут информацию для преодоления проблемы, больше используют анализ сложившейся ситуации, планируют действия по выходу из нее с учетом накопленного ресурса.

Эмпирические данные показали, что у молодых людей с недостаточно высокой самооценкой преобладает направленность на взаимодействие. Таких подростков необходимо переориентировать на дело через продуктивность, они оптимизируют свою самооценку.

Гипотеза исследования заключалась в предположении, что существует наличие прямой взаимосвязи между направленностью личности и самооценкой у младших подростков. По результатам проведенного анализа было выявлено, что направленность личности и самооценка у младших подростков взаимосвязаны. Самооценка обуславливает формирование направленность личности. Ответственное поведение повышает самооценку, и наоборот, безответственное поведение снижает самооценку и самоуважение.

Список литературы

1. *Гогицаева О. У., Небежева А. В., Шибзухова Д. А.* Детско-родительские отношения и самооценка подростка // Балтийский гуманитарный журнал. 2020. Т. 7, № 3 (24). С. 183–186.
2. Диагностика эмоционально-личностной сферы детей дошкольного и младшего школьного возраста. Анкеты, опросники. Тесты, методики. Карты наблюдения. ФГОС ДО. М.: Мир, 2019. 306 с.
3. *Долгова В. И., Крыжановская Н. В., Грамзина Н. А.* Исследование влияния самооценки на ситуативную тревожность младших школьников // Научно-методический электронный журнал Концепт. 2020. Т. 31. С. 46–50.
4. *Калашникова В. Н.* Формирование адекватной самооценки учебной деятельности младшего школьника при использовании деятельностного метода обучения // Молодой ученый. 2019. № 6. С. 173–175.
5. *Рыженко И.* Как повысить самооценку. Простые шаги к уверенности и успеху. М.: Издательские решения, 2018. 986 с.
6. *Щербинина О. А.* Взаимосвязь тревожности, социометрического статуса и самооценки младших подростков // Вестник Оренбургского государственного университета. 2020. № 3 (215). С. 108–114.

Хамидулина Лолита Руслановна

*студентка 4 курса, направление «Психолого-педагогическое образование»,
профиль «Психология», факультет психологии, Новосибирский государственный
педагогический университет, lola20021312@gmail.com, г. Новосибирск, Россия*

ОСОБЕННОСТИ ТРЕВОЖНОСТИ ВО ВЗАИМОСВЯЗИ С ВОСПРИЯТИЕМ ТЕЛЕСНОГО ОБРАЗА У ПОДРОСТКОВ

Аннотация. Актуальной для современных подростков проблемой является влияние внешних факторов на их отношение к самим себе, в частности своему телу. Это становится основой для возникновения различных переживаний, трудностей и повышения тревожности. Настоящая работа посвящена рассмотрению особенностей тревожности у подростков, а также их восприятия собственного тела и удовлетворенностью им. В статье кратко рассмотрены понятия ситуативной, личностной, а также школьной тревожности. Показаны результаты эмпирического исследования, посвященного данной проблеме, где были освещены показатели ситуативной, личностной и школьной тревожности, а также уровень удовлетворенности своей внешностью. Теоретико-методологической основой исследования послужили работы отечественных и зарубежных ученых В. Е. Кагана, М. В. Коркиной, И. С. Кона, В. Н. Куницыной, Л. С. Выготского, А. Н. Леонтьева, К. Хорни, А. К. Марковой, А. М. Прихожан и др.

Ключевые слова: тревожность, ситуативная тревожность, личностная тревожность, восприятие образа тела, неудовлетворенность телом, подростки.

Khamidulina Lolita Ruslanovna

*4th year Student, direction "Psychological and pedagogical education",
profile "Psychology", Faculty of Psychology, Novosibirsk State
Pedagogical University, lola20021312@gmail.com, Novosibirsk, Russia*

FEATURES OF ANXIETY IN RELATION TO THE PERCEPTION OF BODY IMAGE IN ADOLESCENTS

Abstract. An urgent problem for modern teenagers is the influence of external factors on their attitude to themselves, in particular, to their body. This becomes the basis for the emergence of various experiences, difficulties and increased anxiety. The present work is devoted to the consideration of the features of anxiety in adolescents, as well as their perception of their own body and satisfaction with it. The article briefly reveals the concepts of situational, personal, and school anxiety. The results of an empirical study devoted to this problem are shown, where indicators of situational, personal and school anxiety, as well as the level of satisfaction with one's appearance were highlighted. The theoretical and methodological basis of the study was the work of domestic and foreign scientists V. E. Kagan, M. V. Korkina, I. S. Kon, V. N. Kunitsina, L. S. Vygotsky, A. N. Leontiev, K. Horni, A. K. Markova, A. M. Parishioners, etc.

Keywords: anxiety, situational anxiety, personal anxiety, perception of body image, dissatisfaction with the body, adolescents.

Существенные изменения, происходящие в теле подростка, вызывают определенные проблемы и тревогу. Интерес и беспокойство по отношению к телесным метаморфозам могут быть вызваны не только индивидуальными переживаниями, подростка так же волнует, реакция на происходящее со стороны его

ближайшего окружения, то есть сверстников, принятие и одобрение которых крайне важны для ребенка на данном этапе взросления.

Современный же подросток может испытывать больше трудностей нежели подросток нескольких десятилетий назад, это обусловлено открытостью СМИ, влиянием социальных сетей и прочих интернет-источников. Исходя из этого, логично отметить, что нынешние подростки имеют проблемы в выстраивании образа тела как основного фундаментального элемента принятия себя, что, в свою очередь, связано с выходом на передний план учебной деятельности, в то время как основной ведущей деятельностью данного этапа является интимно-личностное общение со сверстниками.

Изучению восприятия образа тела в подростковом возрасте посвящены исследования В.Е. Кагана, М.В. Коркиной, И.С. Кона, В.Н. Кунициной, Е.Т. Соколовой и др. В своих работах П. Шильдер «образ тела» определяет, как «субъективное переживание человеком своего тела», другими словами это представление о себе и образ, возникающий у человека при общении с другими людьми [1].

Окружающий подростка мир словно диктует, навязывает, каким должно быть «идеальное тело». Исследования показывают, что 60% мальчиков и 57% девочек испытывают в той или иной степени неудовлетворенность собственным телом [6]. В стремлении соответствовать этому образу девочки прибегают к строгим диетам, а мальчики помимо изменения питания путем употребления различных протеинов и прочих добавок большое внимание уделяют физической активности, что в резко увеличенных дозах, влияют негативным образом на тело ребенка [6].

На основе неудовлетворенности собственным телом, подросток может испытывать различные переживания и тревожность, в том числе и школьную, ведь, как было отмечено ранее, школа и учебная деятельность остается важной частью жизни подростка.

Изучению проблемы тревожности в психологической науке были посвящены труды многих ученых, к их числу можно отнести исследования Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, К. Хорни, А.К. Марковой, А.М. Прихожан Л.Д. Столяренко и др.

Так, Р.С. Немов определяет тревожность как «...постоянно или ситуативно проявляемое свойство человека приходиться в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх и тревогу в специфических социальных ситуациях» [3]. Ученые выделяют два вида тревожности: ситуативную (реактивную) и личностную.

Под ситуативной тревожностью понимается тревога, переживаемая человеком в конкретный момент, проявляя реактивную тревожность организм входит в состояние мобилизации с целью ответа на внешний раздражитель. Личностная тревожность отличается тем, что является устойчивой характеристикой индивида ввиду частого переживания им тревожных состояний, такая тревожность негативно влияет на здоровье человека.

В своих работах Б. Филип выделяет также понятие общей школьной тревожности, подразумевая при этом общее состояние ребенка, зависящее от его включенности в школьную жизнь и переживаний на этом фоне [4].

Таким образом, целью нашего исследования является определение взаимосвязи между неудовлетворенностью собственным телом и тревожностью у подростков.

Теоретико-методологической основой исследования стали работы отечественных и зарубежных ученых Л.С. Выготского, Р.С. Немова, А.М. Прихожан, Л.Д. Столяренко, А.Ш. Тхостова, Д.Б. Эльконина и др.

Организация и методы исследования.

Базой исследования послужили муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Тазовская средняя общеобразовательная школа (Ямало-Ненецкий автономный округ), Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Новосибирского района Новосибирской области «Новолуговская средняя школа №57».

Выборку исследования составили 64 человека, обучающихся 7 и 8 классов, в числе которых 32 девочек и 32 мальчиков. Возрастной показатель варьировался от 13 до 14 лет.

Для исследования нами были использованы следующие диагностические материалы:

1. «Опросник образа тела (ООСТ)» (Скугаревский О. А., Сивуха С. В).
2. Методика «Шкала самооценки уровня тревожности» Ч.Д. Спилберга (в адаптации Ю.Л. Ханина).
3. Тест школьной тревожности Филипса.
4. Опросник «Оценочно-содержательная интерпретация компонентов внешнего облика» В. А. Лабунской, Е. В. Белугиной.

Обработка полученных данных была осуществлена при помощи методов математической статистики, с расчетом распределения в процентах и средних значений с применением компьютерной программы Excel.

Результаты.

С целью подтверждения гипотезы о существовании взаимосвязи между восприятием образа тела и тревожностью нами был применен метод математико-статистической обработки данных – критерий ранговой корреляции R-Спирмена.

Исследование корреляции восприятия тела и тревожности позволили нам выявить следующие взаимосвязи, представленные в таблице.

Таблица

Взаимосвязь уровня тревожности с показателями удовлетворенности своим телом у подростков

Параметры	Спирмена – R	p-уров.
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
Неудовлетворенность внешностью и Ситуативная тревожность	0,45	0,001
Неудовлетворенность внешностью и Общая Тревожность в школе	0,39	0,001
Неудовлетворенность внешностью и Личностная тревожность	0,52	0,001
Неудовлетворенность внешностью и Страх Самовыражения	0,53	0,001

Окончание табл.

1	2	3
Неудовлетворенность внешностью и Страх Ситуации Проверки Знаний	0,38	0,001
Неудовлетворенность внешностью и Низкая Физиологическая Сопrotивляемость Стрессу	0,26	0,001
1 блок (лицо) и Ситуативная тревожность	-0,28	0,001
2 блок (тело, телосложение) и Ситуативная тревожность	-0,26	0,001
2 блок (тело, телосложение) и Страх Самовыражения	-0,29	0,001
5 блок и Ситуативная тревожность	-0,33	0,001
5 блок и Страх Самовыражения	-0,27	0,001

По данным таблицы принимается гипотеза о наличии взаимосвязи восприятия тела и тревожности. Для наглядности полученных результатов представлено графическое изображение (Рисунок 1, Рисунок 2).

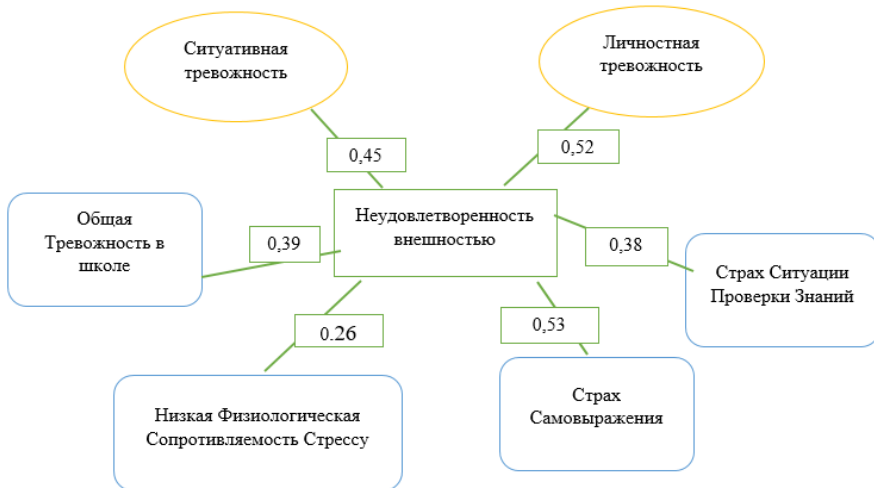


Рис. 1. Корреляционная плеяда значимых взаимосвязей по методикам «Опросник образа тела (ООТ)», «Шкала самооценки уровня тревожности» Ч.Д. Спилберга, Тест школьной тревожности Филиппа

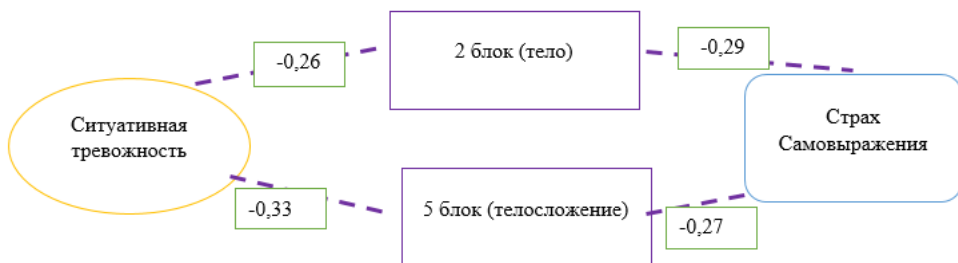


Рис. 2. Корреляционная плеяда значимых взаимосвязей по методикам Опросник «Оценочно-содержательная интерпретация компонентов внешнего облика» и Методика «Шкала самооценки уровня тревожности» Ч.Д. Спилберга

Обсуждение результатов.

В результате применения корреляционного анализа, рассчитанного с помощью непараметрического критерия корреляции R-Спирмена (табл.1, Рисунок1, 2) было выявлено одиннадцать значимых взаимосвязей.

В данной работе мы выделим несколько, наиболее значимых, на наш взгляд, взаимосвязей. Так, первая значимая взаимосвязь является умеренной положительной между параметрами «Неудовлетворенность внешностью» и «Личностная тревожность» ($R=0,52$ при $p=0,001$), т.е. с увеличением первого параметра увеличится и второй. Из этого вытекает, что в данной выборке подростков с увеличением неудовлетворенности своими внешними параметрами увеличивается личностная тревожность. Личностная тревожность в основном выражается в склонности индивида переживать большинство жизненных ситуаций как несущие опасность и угрозу.

Вторая значимая взаимосвязь, которую следует выделить существует между параметрами «Неудовлетворенность внешностью» и «Ситуативная тревожность» ($R=0,45$ при $p=0,001$), она также является умеренной и положительной. Из этого следует, что с увеличением уровня ситуативной тревожности индивид будет испытывать большую неудовлетворенность своей внешностью, и наоборот.

Стоит также отметить наличие умеренной положительной взаимосвязи по параметрам «Неудовлетворенность внешностью» и «Страх Самовыражения» ($R=0,53$ при $p=0,001$). Это означает, что подростки данной выборки, имеющие негативное представление о своем теле, сталкиваются с проблемой самораскрытия и самопрезентации, и наоборот.

Наконец, отметим одну из умеренных отрицательных взаимосвязей по параметрам «5 блок (Телосложение)» и «Ситуативная тревожность» ($R=-0,33$ при $p=0,001$). Исходя из полученных показателей, мы можем сказать, что с увеличением уровня ситуативной тревожности снижается оценка своего телосложения, и наоборот, при увеличении оценки подростком своего телосложения уровень его ситуативной тревожности будет снижаться.

Таким образом, опираясь на полученные в ходе исследования результаты, мы можем сделать вывод, что существует взаимосвязь между восприятием образа тела и тревожностью в подростковом возрасте.

Список литературы

1. *Абдрахманова Э. В.* Психологическая коррекция неудовлетворенности своим телом в юношеском возрасте [Электронный ресурс]. URL: <https://moluch.ru/conf/psy/archive/255/13894/> (дата обращения: 05.04.2023).
2. *Волгуснова Е. А.* Исследование коррекции восприятия образа тела у подростков [Электронный ресурс] // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. 2021. № 2 (50). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-korreksii-vospriyatiya-obraza-tela-u-podrostkov> (дата обращения: 04.04.2023).
3. *Немов Р. С.* Психология. Психодиагностика. М.: Владос, 2014. 640 с.
4. *Филлипс Б. Н.* Исследование тревожности у старшеклассников. М: Когито-Центр, 2013. 87 с.

Научный руководитель – *С. Е. Мухина*,
канд. психол. наук, доц. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

Цыпандина Виктория Владимировна

магистрант кафедры психологии и педагогики, Новосибирский государственный технический университет, cipavikulia@gmail.com, г. Новосибирск, Россия

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ХАРАКТЕР И НАЦИОНАЛЬНЫЕ СТЕРЕОТИПЫ

Аннотация. В статье представлен обзор современных исследований национального характера и национальных стереотипов. Авторы рассматривают теорию о том, что качества и черты характера, которые приписываются людям из определенных национальных групп, могут быть результатом культурных стереотипов, а не биологических различий. Подчеркивается важность понимания различий и общих черт между разными народами и культурами, а также необходимость избегать предвзятости и стереотипизации при взаимодействии с представителями других национальностей.

Ключевые слова: национальный характер, национальные стереотипы, этнопсихология, личностные особенности.

Tsybandina Victoria Vladimirovna

Master's student of the Department of Psychology and Pedagogy, Novosibirsk State Technical University, cipavikulia@gmail.com, Novosibirsk, Russia

NATIONAL CHARACTER AND NATIONAL STEREOTYPES

Abstract. This article presents an overview of modern studies of national character and national stereotypes. The authors consider the theory that certain qualities and character traits attributed to people from certain national groups may be the result of cultural stereotypes rather than biological differences. The importance of understanding the differences and common features between different peoples and cultures is emphasized, as well as the need to avoid bias and stereotyping when interacting with representatives of other nationalities.

Keywords: national character, national stereotypes, ethnopsychology, personality traits.

В последние годы все больше исследований посвящается изучению национального характера, т.е. тех культурных, психологических и социальных черт, которые присущи определенным этническим группам. Интерес к этой теме обусловлен не только научными, но и практическими целями, так как понимание национального характера может помочь взаимопониманию и сотрудничеству между культурами, а также оптимизировать межкультурные коммуникации. В данной статье мы рассмотрим результаты последних исследований в этой области.

Национальный характер – это совокупность личностных, социальных и культурных черт, характерных для жителей определенной страны или этнической группы. Национальный характер может включать в себя такие особенности, как способность к эмпатии, склонность к коллективизму или индивидуализму, традиции, стереотипы и т.д.

Одним из основополагающих факторов национального характера является культура. Культура определяет наши ценности, убеждения и образ жизни, а также влияет на то, как мы взаимодействуем с другими людьми и окружающей средой.

Также национальный характер может быть связан с географическими, историческими и экономическими факторами. Например, люди, проживающие в густонаселенных городах, могут иметь более развитую способность к терпимости и адаптации, чем жители сельской местности, у которых есть больше пространства и свободы. Исторические события, такие как войны или революции, также могут оставлять следы на национальном характере, формируя такие черты, как упорство и выносливость.

Изучение национальной психологии является пересечением нескольких дисциплин, что приводит к разнообразию методов и связано с традициями разных научных школ. Этнографический подход основывается на наблюдении и описании быта и нравов разных народов, являясь наиболее традиционным. Психологический подход направлен на проникновение "внутрь" личности, используя различные тесты, интерпретацию снов, символов и т.д. Историко-культурный подход анализирует культурный символизм, произведения народного творчества и исторические данные.

Первый подход, основанный на психоаналитическом символизме, интерпретирует содержание фольклора как символическое отображение психологических комплексов или типов характера. Этот подход является субъективным и зависит от обоснованности исходных позиций автора. Второй подход более объективный и включает исследование нескольких культур и последующее количественное обобщение результатов в виде системы шкал и статистических корреляций. Третий подход предполагает более интенсивный анализ исторических преданий и фольклора конкретного общества для получения синтетического образа культуры и психологического склада соответствующего народа. Однако делать выводы о характере народа на основе исторических легенд и преданий может быть рискованно.

Важно отметить, что национальный характер – это не определенный набор черт, который присущ каждому человеку из определенной страны или культуры.

В социальной психологии, национальный характер рассматривается как комплекс тех качеств и особенностей личности, которые обусловлены национальной культурой. Андреева Г.М. в своей работе отмечает, что национальный характер может формироваться под влиянием определенных факторов, таких как, исторический, социально-экономический и культурный. Автор, также обращает внимание на то, что изменения в национальном характере, могут быть связаны с изменениями в культуре [1]. В своей статье А.П. Василевич рассматривает национальный характер и его особенности формирования. Отмечается, что национальный характер, не является, чем-то биологически заданным, а складывается под влиянием социокультурной среды. Также автор обращает внимание на то, что национальный характер может быть описан как совокупность привычек, норм поведения, мировоззрения и языковых особенностей, которые в свою очередь характерны для определенных национальностей [2]. И.С. Кон говорит, о том, что национальный характер является, социальным конструктом, который может быть связан с национальными стереотипами и предрассудками. Автор считает, что националь-

ный характер необходимо изучать с учетом социальных и культурных факторов, а также с учетом других факторов, которые могут оказывать влияние на поведение людей [3]. В своей работе Т.В. Мухамед обращает внимание на то, что национальный характер, это не фиксированный набор определенных черт, а скорее культурная универсалия, которая объединяет людей, имеющих общую культуру и историю [4]. П.И. Новгородцев рассматривает вопрос о национальном характере, в контексте истории России. Он пишет, что «русский характер» складывается под влиянием множества факторов, таких как, географические, экономические и политические, а также связан с изменениями в этих условиях [5]. В свою очередь Г.А. Чупина и В.И. Шерпаев в своей статье «Нация: идентификационная матрица» определяют национальный характер, как комплекс психологических, социальных и культурных черт, которые определяют групповую идентичность нации. Также он включает в себя стереотипы поведения и менталитет, общественные ценности, идеологию и традиции [6].

Что касается, зарубежных исследований, в них также активно изучаются особенности национального характера. Так, Дж. У.Берри рассматривает взаимодействие между культурой и психологией. Исследователь подчеркивает необходимость, обращения внимания на культурные факторы в изучении психологии. Например, такие характеристики культуры, как ценности, обычаи и традиции, формируют поведение и мышление людей, живущих в этой культуре [8]. Дж. Г. Миллер исследует теоретические вопросы, связанные с изучением культурной психологии. Он отмечает, что культура может влиять на различные аспекты психологии, включая когнитивные процессы, эмоции и поведение. Миллер также подчеркивает важность изучения культурных различий и сходств, чтобы понимать, как культура формирует поведение и мышление людей [10]. Р. А. Шведер в статье исследует культурную психологию и подчеркивает, что культура может влиять на различные аспекты жизни, включая личность, эмоции, мышление и поведение. Он также отмечает, что культура может формировать восприятие и оценку мира людьми, живущими в этой культуре. Шведер считает, что изучение культурных различий является ключевым в понимании того, как культура формирует наши представления о мире [11].

Национальный характер – это понятие, которое используется для описания типичных черт личности, характерных для жителей определенной страны или народа. Изучение национального характера – это сложный и многогранный процесс, который включает в себя оценку стереотипов, аккуратность их использования и влияние культурного контекста на формирование национальных характеристик.

Исследование, проведенное Jüri Allik, René Mõttus и Anu Realo, показало, что национальный характер не всегда отражает типичные черты личности. В этом исследовании были использованы стандартные тесты на личностные черты, которые были применены для оценки национального характера жителей разных стран. Результаты показали, что характеристики, которые связываются с национальным характером, не всегда соответствуют тому, что можно наблюдать у людей в ре-

альной жизни [11]. Другое исследование, проведенное Hřebíčková и Graf, показало, что национальные стереотипы о личности не всегда являются точными. В этом исследовании были использованы данные о людях, живущих в Центральной Европе. Результаты показали, что национальные стереотипы не всегда отражают типичные черты личности, которые можно наблюдать у людей в реальной жизни. Кроме того, результаты исследования показали, что люди зачастую не могут точно описать личность других людей, независимо от того, к какой нации они принадлежат [12]. В исследовании Пибоди автор рассматривает влияние национальной культуры на поведение людей и описывает общие черты, которые он видит в национальных характерах различных народов. В частности, он утверждает, что немцы склонны к организованности и пунктуальности, французы – к искусству и красоте, американцы – к прагматизму и индивидуализму [15].

Однако многие исследования показывают, что такие общие национальные характеристики могут быть недостаточно точными и даже ошибочными. Например, исследование Катца и Брэли показало, что студенты из разных колледжей имеют очень разные стереотипы о разных расах, что свидетельствует о том, что такие представления сильно зависят от контекста и культурного окружения [13]. Другие исследования сосредотачиваются на изучении связи между национальным характером и индивидуальной личностью. Исследование Макдона и др. показало, что стереотипы о группах основаны не только на реальных наблюдениях, но также на предрассудках и стереотипах, которые передаются в обществе. Это означает, что описания национальных характеров могут быть искажены из-за общих стереотипов и предубеждений [14]. Исследование Терракчано и Маккрей также показало, что национальные стереотипы могут быть ошибочными, так как они могут быть связаны с культурными различиями в интерпретации личностных черт [16]. Кроме того, исследование Терракчано и др. показало, что национальный характер не отражает средний уровень личностных черт в разных культурах [17]. Исследование Реало и др. выявило, что люди в разных культурах имеют различные представления о национальном характере, основанные на их собственном опыте и восприятии окружающих [18]. Это подчеркивает важность изучения культурных различий в интерпретации личностных черт и национального характера.

В заключение можно отметить, что изучение национального характера является важной областью исследований, которая имеет как теоретическое, так и практическое значение. Изучение национальных особенностей позволяет лучше понимать культурные различия между народами, объяснять их возникновение и развитие, а также создавать эффективные стратегии межкультурного взаимодействия и коммуникации.

Однако, необходимо учитывать, что национальный характер не является статичным и неподвижным понятием. Он может изменяться под воздействием различных социальных, экономических, политических и культурных факторов. Поэтому, при изучении национального характера необходимо учитывать контекст истории и культуры, а также понимать, что описания национального характера

являются средними и не могут полностью охватить многообразие индивидуальных и коллективных особенностей людей.

Список литературы

1. *Андреева Г. М.* Социальная психология: учебник для высших учебных заведений. М.: Аспект Пресс, 2001. 290 с.
2. *Василевич А. П.* Откуда берется представление о национальном характере? // Вопросы психолингвистики. 2010. № 12. С. 76–87.
3. *Кон И. С.* К проблеме национального характера [Электронный ресурс]. URL: http://scepsis.net/library/id_903.html (дата обращения: 05.04.2023).
4. *Мухамед Т. В.* Национальный характер как культурная универсалия // Вестник МГУКИ. 2012. № 6 (50). С.108–111
5. *Новгородцев П. И.* О путях и задачах русской интеллигенции // Из глубины: сб. статей о русской революции. М., 1990.
6. *Чупина Г. А., Шернаев В. И.* Нация: идентификационная матрица // Российский юридический журнал. 2015. № 3. С. 25–36.
7. *Швецова А. В.* Национальный характер как проблема культурологических исследований // Таврійські студії. Культурологія. 2013. № 4. С. 8–16.
8. *Berry J. W.* On the unity of the field of culture & psychology // Adamopoulos J., Kashuma Y. (Eds.). Social psychology & cultural context. Thousand Oaks, CA: Sage, 1999. P. 7–15.
9. *Miller J. G.* Theoretical issues in cultural psychology // Berry J. W., Poortinga Y. H., Pandey J. (Eds.). Handbook of cross-cultural psychology: Vol. 1. Theory and method. Boston: Allyn & Bacon, 1997. P. 85–128.
10. *Shweder R. A.* Cultural psychology – What is it? // Stigler J. W., Shweder R. A., Herdt G. (Eds.). Cultural psychology: Essays on human cognitive development. N. Y.: Cambridge University Press, 1990. P. 1–43.
11. *Allik J., Möttus R., Realo A.* Does national character reflect mean personality traits when both are measured by the same instrument? // Journal of Research in Personality. 2010. № 44. P. 62–69.
12. *Hřebíčková M., Graf S.* Accuracy of national stereotypes in Central Europe: Outgroups are not better than ingroup in considering personality traits of real people // European Journal of Personality. 2014. № 28 (1). P. 60–72.
13. *Katz D., Braly K. W.* Racial stereotypes of onehundred college students // Journal of Abnormal and Social Psychology. 1933. № 28. P. 280–290.
14. *Madon S., Guyll M., Aboufadel K., Montiel E., Smith A., Palumbo P., Jussim L.* Ethnic and national stereotypes: The Princeton trilogy revisited and revised // Personality and Social Psychology Bulletin. 2001. № 27 (8). P. 996–1010.
15. *Peabody D.* National characteristics. Cambridge: Cambridge University Press, 1985.
16. *Terracciano A., McCrae R. R.* Implications for understanding national character stereotypes // Journal of Cross-Cultural Psychology. 2007. № 38(6). P. 695–710.
17. *Terracciano A., Abdel-Khalek A. M., Adam N., Adamovova L., Ahn C., Ahn H. N., McCrae R. R.* National character does not reflect mean personality trait levels in 49 cultures // Science. 2005. № 310 (5745). P. 96–100.
18. *Realo A., Allik J., Lönngqvist J.-E., Verkasalo M., Kwiatkowska A., Kõõts L., Kütt M., Barkauskiene R., Laurinavicius A., Karpinski K., Kolysko A., Sebre S., Renge V.* Mechanisms of the national character stereotype: How people in six neighbouring countries of Russia describe themselves and the typical Russian // European Journal of Personality. 2009. № 23 (3). P. 229–249.

Чаганова Светлана Алексеевна

аспирант 4 курса, специальность «Психологические науки», специализация «Общая психология, психология личности, история психологии», факультет психологии, Новосибирский государственный педагогический университет, aurum94@mail.ru, г. Новосибирск, Россия

К ВОПРОСУ ОБ ИЗУЧЕНИИ МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ И КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ КАК ЗАЩИТНОЙ СИСТЕМЫ ЛИЧНОСТИ В КОНТЕКСТЕ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ К СПРАВЕДЛИВОСТИ

Аннотация. В статье обосновывается необходимость изучения механизмов психологической защиты и копинг-стратегий как единой защитной системы в условиях переживания несправедливости. Представлены мнения исследователей о сущности психологических защит и копинг-стратегий, а также об особенностях чувствительности к несправедливости. Сделаны выводы об адаптивной функции защитной системы личности как совокупности механизмов психологической защиты и копинг-стратегий личности.

Ключевые слова: механизмы психологической защиты, копинг-стратегии, чувствительность к справедливости, адаптация.

Chaganova Svetlana Alekseevna

4th year Postgraduate Student, specialty “Psychological Sciences”, specialization “General Psychology, Personality Psychology, History of Psychology”, Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, aurum94@mail.ru, Novosibirsk, Russia

ON THE ISSUE OF STUDYING THE MECHANISMS OF PSYCHOLOGICAL DEFENSE AND COPING STRATEGIES AS PART OF THE PROTECTIVE SYSTEM OF THE INDIVIDUAL IN THE CONTEXT OF SENSITIVITY TO JUSTICE

Abstract. The article substantiates the need to study the mechanisms of psychological defense and coping strategies as a single protective system that has an adaptive function in the conditions of experiencing injustice. The opinions of researchers on the essence of psychological defenses and coping strategies, as well as the peculiarities of sensitivity to injustice are presented.

Keywords: psychological defense mechanisms, coping strategies, sensitivity to justice, adaptation.

Вопрос исследования механизмов психологических защит и копинг-стратегий личности обусловлен общей стрессогенностью жизни в условиях современного общества, ввиду, политических, экономических и иных социокультурных изменений. При этом, в русле социальных наук, именно перед психологией ставится задача изучения особенностей личности, способствующих адаптации в ситуациях, вызывающих чувство фрустрации, в том числе от переживания несправедливости. Таким образом, именно психологические защиты и копинг-

стратегии становятся объектом исследования, позволяющим определить особенности реагирования и совладания личности с разного рода ситуациями несправедливости, при этом, при выборе копинг-стратегии человеку необходимо учитывать все особенности ситуации[4].

Понятие справедливости, будучи междисциплинарным, находит свое отражение в психологической науке через понятие «чувствительность к справедливости», предложенное М. Шмиттом с соавторами [15]. ЧС можно охарактеризовать как черту личности, определяющую уровень готовности воспринимать случаи несправедливости [1]. Чувствительность к справедливости представлена четырьмя позициями: ЧС жертвы, ЧС свидетеля, ЧС нарушителя и ЧС бенефициара, каждая из которых обусловлена разными установками, личностными и поведенческими особенностями. При этом нахождение в разных ситуациях несправедливости и, как следствие, переживание опыта каждого типа чувствительности к справедливости требует определенных психических средств адаптации, таких как механизмы психологической защиты и копинг-стратегии.

Исторически, проблема психологической защиты впервые была поставлена и описана в рамках психоаналитического подхода З. Фрейдом[13], в дальнейшем же стала рассматриваться и в других направлениях зарубежной и отечественной психологии. В настоящее время понятие психологической защиты является одним из основополагающих для понимания личностных особенностей. Кроме того, оно обладает достаточной объяснительной силой при изучении поведенческих проявлений человека. Разрабатываясь и преобразовываясь, понятие защитных механизмов, от первичного определения Анны Фрейд, где защитные механизмы описывались как «деятельность „Я“, которая начинается, когда „Я“ подвержено чрезмерной активности побуждений или соответствующих им аффектов, представляющих для него опасность. Они функционируют автоматически, не согласуясь с сознанием» [12], приобрело разные определения в современной психологии. Так, например, Р.М. Грановская пишет, что механизм психологической защиты, связан с реорганизацией осознаваемых и неосознаваемых компонентов системы ценностей и изменением всей иерархии ценностей личности, направленной на то, чтобы лишить значимости и тем самым обезвредить психологически травмирующие моменты [3]. Так же ученые подчеркивают адаптивную функцию механизмов психологической защиты, например В.К. Мягер [9], Б.В.Зейгарник [6], Е.Т. Соколова [10] и другие, рассматривают их как регулятивную систему стабилизации личности, развивающуюся в онтогенезе как средство адаптации и разрешения конфликта, направленное, прежде всего, на уменьшение тревоги, неизбежно возникающей при осознании конфликта или препятствия к самореализации. Говоря о сознательном аспекте адаптации личности, обратимся к работам Т. Л. Крюковой, которая определяет копинг как адаптивное поведение субъекта совладания и пишет, что качества субъектности проявляются в когнитивных и поведенческих стратегиях совладания с трудными обстоятельствами жизни [7]. Она выделяет пять основных функциональных задач копинга: 1) минимизация негативных воздействий обстоятельств и повышение возможностей восстановления активности, деятельности;

2) терпение, приспособление или регулирование, преобразование жизненных ситуаций; 3) поддержание позитивного, положительного «образа Я», уверенности в своих силах; 4) поддержание эмоционального равновесия; 5) поддержание, сохранение достаточно тесных взаимосвязей с другими людьми [2]. Однако, жизнедеятельность и поведение человека определяются одновременно и сознательными, и бессознательными процессами, способствующими адаптации, поэтому в настоящее время среди исследователей преобладает идея о том, что в любой реакции человека сосуществуют многочисленные и неповторимые комбинации копинг-стратегий и механизмов психологической защиты [8]. Так, в частности, Л.Ю. Субботина причисляет психологическую защиту и совладание к единому процессу защиты от тревоги, где первая фаза («включение») реализуется формой классического защитного механизма, а вторая фаза (регулятивная модель поведения) – копингом [11]. При этом Е. В. Лапкина определяет защитную систему личности как «совместное функционирование бессознательных и осознаваемых компонентов психики, направленных на устранение субъективного дискомфорта личности, вызванного тревогой, напряжением, и функционирующих в ситуациях разной степени интенсивности стресса» [8]. Как пишет Е.О. Шамшикова, «у человека существует первичная потребность в поддержании непротиворечивой картины мира и образа своего “Я” [14]», мы понимаем, что ситуации несправедливости фрустрируют личность и препятствуют поддержанию непротиворечивой картины мира, что подтверждает правомерность исследования чувствительности к справедливости в контексте защитной системы личности. Так же Ермолова Е.О и Чаганова С.А., в своем исследовании, посвященном исследованию психологических защит в структуре личности, делают вывод о «важности системного изучения защитных механизмов и копинг-стратегий как неосознаваемых и сознательных регуляторов переживаний, связанных с попаданием личности в ситуацию несправедливости», что подталкивает к изучению защитных механизмов и копингов как единой системы [5].

Таким образом, мы понимаем необходимость изучения адаптации личности в фрустрирующих условиях несправедливости через совокупность механизмов психологических защит и копинг-стратегий, вместе образующих защитную систему личности, что обусловлено их адаптивной функцией, позволяющей личности справляться с фрустрирующими переживаниями, которые свойственны при переживании несправедливости.

Список литературы

1. Адамян А. А., Нартова-Бочавер С. К., Шмитт М. Опросник «Чувствительность к справедливости»: валидизация опросника на российской выборке // Психологический журнал. 2018. Т. 39, № 4. С. 105–116.
2. Водопьянова Н. Е. Ресурсное обеспечение противодействия профессиональному выгоранию субъектов труда: на примере специалистов «субъект-субъектных» профессий: автореф. дис. ... д-ра психол. наук. СПб., 2014. 48 с.
3. Грановская Р. М. Психологическая защита у детей: монография. СПб.: Речь, 2000. 507 с.

4. Ермолова Е. О., Лалош В. О. Особенности совладающего поведения в период взрослости // Социокультурные проблемы современного человека: материалы VIII Междунар. науч.-практ. конференции / под ред. Н. Я. Большуновой, Т. В. Белашиной, А. А. Александровой. Новосибирск, 2022. С. 158–163.
5. Ермолова Е. О., Чаганова С. А. Границы личности и механизмы психологической защиты студентов с различными типами чувствительности к справедливости // Системная психология и социология. 2022. № 4 (44). С. 28–47.
6. Зейгарник Б. В. Патопсихология. М.: Изд. Моск. ун-та, 1986. 287 с.
7. Крюкова Т. Л. Методы изучения совладающего поведения: три копинг-шкалы. Изд. 2-е, испр., доп.). Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова Авантитул, 2010. 64 с
8. Лапкина Е. В. Защитная система личности в разные периоды взрослости: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Ярославль, 2012. 23 с.
9. Мягер В. К. Психогигиена и психопрофилактика. Л., 1983.
10. Соколова Е. Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности. М.: Изд-во МГУ, 1989. 215 с.
11. Субботина Л. Ю. Психология защитного поведения: монография. Ярославль: ЯрГУ, 2006. 220 с
12. Фрейд А. Психология Я и защитные механизмы. Детский психоанализ. СПб.: Питер, 2018. 160 с.
13. Фрейд З. Конечный и бесконечный анализ. М.: Канон+, 2016. 350 с.
14. Шамшикова Е. О. Особенности взаимосвязи типов психологических границ и защитных механизмов личности в старшем подростковом возрасте (межнациональные различия) // Сибирский педагогический журнал. 2014. № 6. С. 178–185.
15. Schmitt M., Baumert A., Gollwitzer M., Maes J. The justice sensitivity inventory: factorial validity, location in the personality facet space, demographic pattern, and normative data // Social Justice Research. 2010. Vol. 23, № 2. P. 211–238.

УДК 159.9

Чухрова Марина Геннадьевна

*д-р мед. наук, проф. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
г. Новосибирск, Россия*

ФАКТОРЫ И МЕХАНИЗМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ

Аннотация. В статье представлен анализ известных факторов, способствующих формированию зависимого поведения: социальных, психологических и индивидуально-биологических. Представлен механизм взаимодействия данных факторов в процессе формирования зависимого поведения. В заключении изложены новые принципы профилактических программ.

Ключевые слова: зависимое поведение, социально-психологическая дезадаптация, подростки, социальные сети, профилактика.

Chukhrova Marina Gennadievna

Doctor of Medical Sciences, Professor of the Department of General Psychology and History of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia

FACTORS AND MECHANISMS OF FORMATION OF DEPENDENT BEHAVIOR

Abstract. The article presents an analysis of known factors contributing to the formation of dependent behavior: social, psychological and individual biological. The mechanism of interaction of these factors in the process of formation of dependent behavior is presented. In conclusion, new principles of preventive programs are outlined.

Keywords: addictive behavior, socio-psychological maladaptation, adolescents, social networks, prevention.

Зависимое, или аддиктивное поведение остается одной из самых сложных медико-биологических проблем. Аддикции встречаются повсеместно, они деструктивны для личности и в большинстве случаев заканчиваются плачевно для индивида. В вопросах формирования зависимости многое остается неясным, и в то же время, аддиктивное поведение в настоящее время приобретает особый размах, поскольку все большее количество химических и нехимических, субстанциональных и несубстанциональных предметов и явлений обретают способность становиться объектом болезненного пристрастия.

Несмотря на огромное количество работ, посвященных аддиктивному поведению, психофизиологические механизмы этого явления на сегодняшний день изучены недостаточно. Ранние, донозологические формы аддиктивных наклонностей уходят от внимания исследователей, ощущается недостаток психодиагностического инструментария, адекватного для выявления аддиктивных расстройств на ранних стадиях.

Статистика потребления ПАВ остается неутешительной, наркологи отмечают некоторое увеличение обращаемости зависимых лиц за медицинской помощью, как следствие пандемии Ковид-19, хотя следует заметить, что тренды потребления алкоголя, табака и наркотиков в последние 10 лет остаются относительно стабильными [1].

Интересен результат всеобщей «гаджетизации» населения с раннего возраста. По результатам скринингового обследования около 3000 подростков Республики Алтай, проведенного нами в 2022-2023 гг., выявлено, что в сети проводят более 4 часов в день до 80% подростков в возрасте 14-17 лет, из них почти половина развлекаются с гаджетом по 12 часов в сутки! На вопрос: «Сколько времени ты проводишь в сети», нередко были ответы: «все время». Формирование зависимости в таких случаях неизбежно, однако медицинский аспект проблемы остается за кадром. Замечено, что дети, зависимые от гаджетов, имеют специфический габитус: вытянутую вперед шею, кифоз в шейном отделе позвоночника, мышечное напряжение в плечевом поясе и кистях, отрешенный взгляд, специфическую походку мелкими шагами. Зачастую сниженный вес, хотя может быть и избыточный,

сниженный тонус и слабое развитие скелетной мускулатуры. Нередко в ушах у них, хотя бы в одном, наушники. Медицинский аспект не выходит на передний план, т.к. у подростков хорошие компенсаторные резервы, но искривленный позвоночник, атрофичная мускулатура и потребность постоянно смотреть в телефон рано или поздно приведут к клиническим соматическим нарушениям.

В настоящее время общепризнанными предикторами аддиктивного поведения остаются следующие факторы: пониженная стрессоустойчивость, страх перед жизненными трудностями, жажда немедленного осуществления желаний, обозначенные классиком аддиктологии Ц.П. Короленко.

Однако, как свидетельствуют наши исследования, эти факторы по отношению к мотивации аддиктивного поведения имеют разный удельный вес – если на первых этапах основное значение имеет стремление к острым ощущениям, поиск новых впечатлений, гиперактивации поведения, а также социальная среда, в которой находится аддикт, то в последующем на первый план выходят психофизиологические корреляты аддиктивного поведения. Синдром психоэмоционального напряжения, неизбежно возникающий у аддикта, актуализирует атарактическую мотивацию, которая сочетается с биохимическими, нейрохимическими и метаболическими сдвигами. Особенно четко эта схема работает при формировании зависимости от алкоголя. Примерно 20% обследованных нами подростков Горного Алтая 14-17 лет, особенно жители сельских районов, признались, что употребляют алкоголь не менее 1 раза в неделю. Нередки были ответы «когда захочу». Что это: потребность в измененных состояниях сознания на фоне сенсорного голода в сельской местности, или влияние социальных факторов: семьи, референтной группы, неумения занять себя, или это дефекты мотивационной сферы?

При употреблении алкоголя молодым растущим организмом достаточно быстро формируются метаболические сдвиги, связанные с нарушением гомеостатических взаимоотношений между эндогенным этанолом и ацетальдегидом, которые оказывают непосредственное влияние на динамику мотиваций к алкоголизации. Гедонические и атарактические мотивации выходят на передний план, заменяя собой субмиссивные, группообразующие, гиперактивационные стимулы. Исходя из этого, диагностические приемы при изучении аддиктивного поведения должны преследовать несколько целей – от диагностики личностной и мотивационной сферы и стремления субъекта к самостимуляции, до выявления метаболических сдвигов и особенностей обменных процессов. А также, психофизиологических особенностей функционирования полушарий головного мозга. Такой комплекс исследований позволит понять, насколько сформирована зависимость, а значит, откроются обоснованные подходы к коррекции этого сложного и труднокурабельного состояния.

Если акцентировать внимание на социально-психологической дезадаптированности некоторых подростков и молодых людей [3], зависимых от социальных сетей, то можно выделить три основных фактора ее этиологии: социальный, психологический и индивидуально-биологический (рис.). Если социальные факторы (семейные, школьные, производственные) вызывают психоэмоциональные пере-

грузки и потребность в гедонических стимулах, то психологические факторы (личностные особенности, нерациональный и нездоровый образ жизни, неспособность решить возникающие проблемы) усугубляют возникающее напряжение, провоцируя перестройку работы мозга. В свою очередь, индивидуально-биологические особенности определяют скорость и стойкость возникающих перестроек, как гормонально-метаболических, так и связанных с межполушарными отношениями.

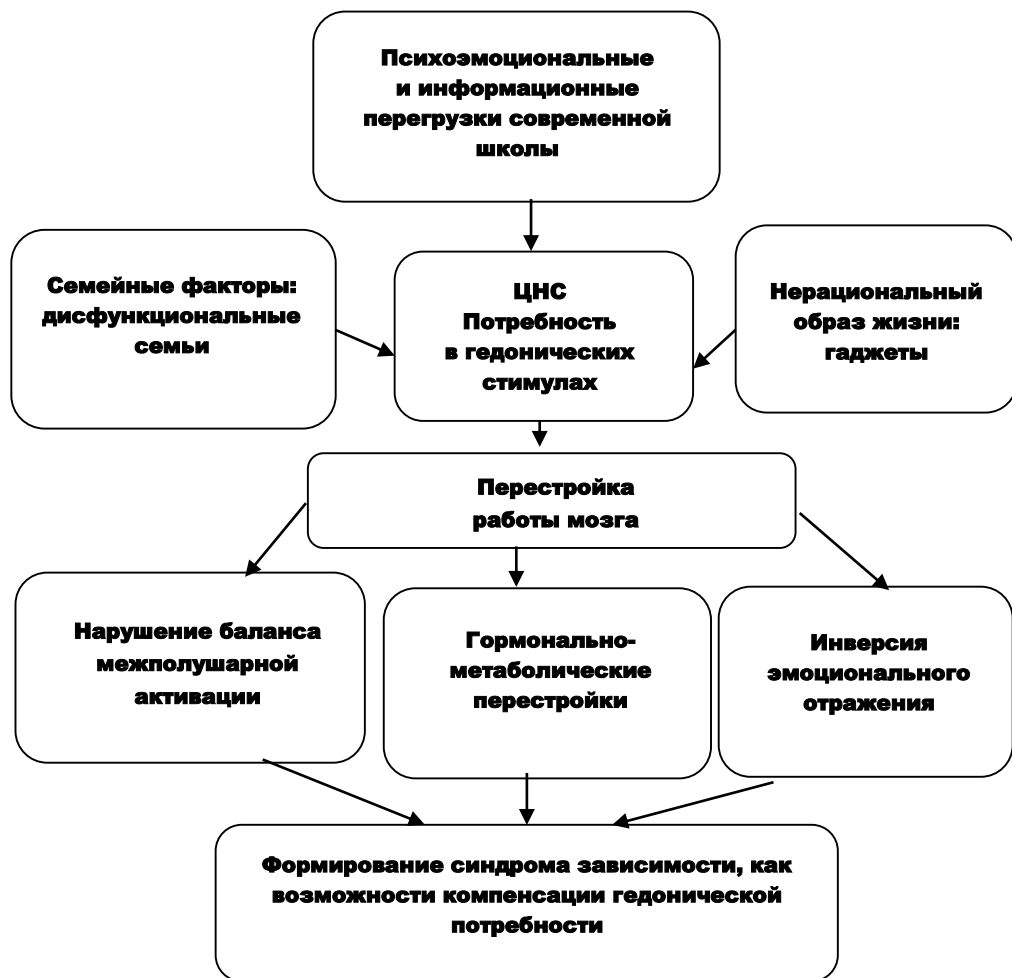


Рис. Механизмы формирования синдрома зависимости

Полученный нами обширный экспериментальный материал, который представляет собой результаты обследований алкогольных, пищевых, спортивных, интернет- и других аддиктов, позволяет обосновать концепцию психолого-педагогических и психофизиологических закономерностей формирования зависимости, включающую патопсихологическую трансформацию личности, нейропси-

хологические, нейрохимические и метаболические условия формирования аддиктивного поведения, независимо от аддиктивного агента.

В процессе нейропсихологических исследований, проведенных нами ранее [2], выявлено, что обработка информации аддиктами, с одной стороны, осуществляется на более низком общем когнитивном активационном уровне, а с другой – при более высоком эмоциональном тоне, в результате чего для них характерно наличие непродуктивной напряженности. Можно полагать, что именно эмоциональная активация в сочетании с пониженным общим функциональным состоянием ЦНС оказывает отрицательное влияние на устойчивость аддиктов к стрессирующим воздействиям. Нейропсихологический дисбаланс является причиной постоянной неудовлетворенности своим состоянием, поиска приятных ощущений и стремления к процессу их получения, по возможности, пролонгированному. Подключаются компенсаторные вегетативные и метаболические механизмы с формированием доминантного очага и «порочного круга», облигатного условия зависимого состояния.

Деструктивным патопсихологическим конструктом аддиктивной личности является нацеленность на «процесс», а не на «результат», что сопровождается изменениями в мыслительной, побудительной и эмоционально-волевой сферах. Нацеленность на «процесс» блокирует нормальную периодичность смены доминирующего полушария, как одного из проявлений принципа надежности в парном функционировании мозга. Блокируются процессы самосознания, самоотношения и самооценки, как результат нарушения согласованной деятельности полушарий мозга, межполушарного переноса информации, когерентности и координированности действий полушарий.

Выявленные психолого-педагогические и психофизиологические факторы зависимого поведения позволяют обосновать новые пути диагностических исследований, профилактических программ и коррекционных мероприятий. Следует согласиться с О.В. Зыковым [1], который считает, что профилактические программы должны быть направлены не на фиксацию слабостей и недостатков зависимой личности, а на развитие ее сильных сторон, которые позволят справиться с любыми трудностями и проблемами. Мобилизация сильных сторон даст возможность аддиктам самим преодолевать свои проблемы и повысит социально-психологическую адаптированность.

Список литературы

1. Доклад о наркоситуации в Российской Федерации в 2021 году. М., 2022. 48 с.
2. Чухрова М. Г., Леутин В. П. Аддикция: зависимое поведение. 2-е изд. Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2014.
3. Зотова Д. В., Розанов В. А. Патологическое использование и зависимость от социальных сетей анализ с позиций феноменологии аддиктивного поведения // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2020. Т. 10. Вып. 2. С. 158–183.
4. Зыков О. В. Современные принципы и подходы к формированию мотивационной наркологии [Электронный ресурс] // Клинические и организационные вопросы наркологии / под ред. Е. А. Кошкиной. URL: https://правовая-наркология.pf/images/documents/editions/koshkina_clin_i_org_voprosi_narcologii.pdf (дата обращения: 22.05.2023).

Шабалина Дарья Сергеевна

*студентка 2 курса, специальность «Психология служебной деятельности»,
специализация «Психологическое обеспечение служебной деятельности
сотрудников правоохранительных органов», факультет психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет,
darashabalina3007@gmail.com, г. Новосибирск, Россия*

ВЗАИМОСВЯЗЬ АКЦЕНТУАЦИЙ ХАРАКТЕРА И МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТ

Аннотация. Работа посвящена проблеме исследования взаимосвязи акцентуаций характера и механизмов психологической защиты личности. Описываются исследования механизмов психологической защиты с позиции психоаналитической теории, а также кратко характеризуются основные подходы исследования данного феномена в отечественной психологии. Указываются условия формирования и особенности влияния на индивида как психологических защит, так и акцентуаций характера. Сравниваются подходы А. Е. Личко и К. Леонгарда по проблеме акцентуированных черт личности и их классификации. Методологическую базу теоретического исследования составляют работы отечественных и зарубежных авторов: научные труды по проблеме механизмов психологических защит З. Фрейда, А. Фрейд, Р. Плутчика, Ф. В. Бассина, Э. И. Киришбаума и др.; исследования проблемы акцентуации личности К. Леонгарда, А. Е. Личко.

Ключевые слова: акцентуация характера, психологическая защита, взаимосвязь, личность.

Shabalina Darya Sergeevna

*2nd year Student, specialty "Psychology of official activity",
specialization "Psychological support of official activity of law enforcement officers",
Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University,
darashabalina3007@gmail.com, Novosibirsk, Russia*

INTERRELATION OF CHARACTER ACCENTUATIONS AND MECHANISMS OF PSYCHOLOGICAL DEFENSES

Abstract. This work is devoted to the problem of studying the relationship of character accentuations and mechanisms of psychological defense of the individual. The research of psychological defense mechanisms from the perspective of psychoanalytic theory is described, and the main approaches to the study of this phenomenon in domestic psychology are briefly characterized. The conditions of formation and peculiarities of the influence on the individual of both psychological defenses and character accentuations are indicated. The approaches of A. E. Lichko and K. Leonhard on the problem of accentuated personality traits and their classification are compared. The theoretical and methodological basis of the study consists of the works of domestic and foreign authors: scientific works on the problem of mechanisms of psychological defense of Z. Freud, A. Freud, R. Plutchik, F. V. Bassin, E. I. Kirshbaum, etc.; studies of the problem of accentuation of personality K. Leonhard, A. E. Lichko.

Keywords: accentuation of character, psychological defense, relationship, personality.

Стремительность социально-экономических перемен и высокая динамичность жизнедеятельности оказывают отрицательное воздействие на психическую саморегуляцию и устойчивость личности. Это, в свою очередь, может приводить

к возникновению у индивида психологического дискомфорта, социальной дезадаптации, стрессу и т. д. В данных условиях индивиду очень важно быстро и безболезненно приспосабливаться к меняющимся условиям для сохранения психологического равновесия, целостности своего «Я». В связи с этим у людей активизируется защитное поведение, в частности психологические защиты, защищающие сознание от травмирующих обстоятельств.

Однако стоит отметить, что при длительном или интенсивном использовании психологической защиты, есть вероятность, что она закрепится в структуре личности и может привести к её дезадаптации в изменяющихся условиях окружающей действительности. Успешной адаптации индивида также могут препятствовать и акцентуированные черты характера личности. Это, в свою очередь, увеличивает риск неадекватного восприятия реальности, застревания в проблемной ситуации, а также возникновения конфликтных ситуаций, как внешнего, так и внутреннего характера.

Поскольку структура личности оказывает влияние на выбор способ реагирования, то личности с сильно выраженными чертами характера (акцентуированными чертами), вероятно, имеют тенденцию пользоваться определенными психологическими защитами как средствами контроля над различными жизненными обстоятельствами.

Изучение взаимосвязи механизмов психологической защиты и акцентуаций характера необходимо начинать с понимания сущности данных феноменов, для этого следует обратиться к работам учёных, внёсших большой вклад в изучение затронутой проблемы.

По вопросу изучения психологических защит опубликовано большое количество работ зарубежных и отечественных авторов. З. Фрейд впервые ввёл термин «защита», описал функциональное назначение и цель психологических защит. С точки зрения З. Фрейда, защиты возникают в результате борьбы Эго против болезненных или невыносимых мыслей и аффектов Ид. Конфликтный характер со стороны данных структур порождает тревогу, нервозность, напряженность индивида. В ответ Эго создает и использует ряд защитных механизмов, которые блокируют либо искажают информацию.

Дальнейшую основу для исследования механизмов защит заложила А. Фрейд, концепция которой принципиально не отличалась от взглядов З. Фрейда. В своей монографии «Психология Я и защитные механизмы» она указывает, что защитные меры, созданные Эго, направлены на удержание влечений Ид (болезненных или опасных побуждений и аффектов) в «бездейственном состоянии» для обеспечения безопасности структуры личности. При этом защитные механизмы включаются автоматически, без участия сознания [5]. А. Фрейд впервые подробно рассмотрела различные способы защитного поведения. Помимо этого, в её работах была осуществлена попытка систематизации и группировки механизмов защиты, в результате были описаны 15 видов психологических защит. Однако, среди её последователей не сложилось общее мнение по поводу конкретного количества механизмов защит.

За последние годы в отечественной психологии стали чаще появляться работы, посвященные анализу феномена психологических защит. В рамках отечественной психологической парадигмы можно выделить два основных подхода к изучению данной темы:

Так, Ф. В. Бассин, Б. В. Зейгарник, А. А. Налчаджян, Е. Т. Соколова, В. К. Мягер и др. под психологической защитой подразумевали нормальный, повседневно работающий механизм сознания человека, направленный на предотвращение расстройств поведения. Ф. В. Бассин при рассмотрении защит придерживался позиций теории установки, согласно которой психологическая защита – это «перестройка системы установок, направленная на устранение чрезмерного эмоционального напряжения и предотвращающая дезорганизацию поведения» [1; с. 82].

А такие исследователи, как В. А. Ташлыков, В. С. Роттенберг, Ф. Е. Василюк, Э. И. Киршбаум, И. Д. Стойков и др., относят психологические защиты к непродуктивным, болезнетворным средствам решения конфликта, которые ограничивают оптимальное развитие личности. Так, Э. И. Киршбаум указывает, что основная задача психологической защиты – это «устранение психологического дискомфорта, паллиативное, а не реальное решение эксквизитной ситуации» [2; 35].

Таким образом, можно сделать вывод, что понятие «механизм психологической защиты» неоднозначен, что обусловлено большим количеством самих механизмов, их различными функциями и последствиями воздействия на индивида. Однако, несмотря на это, для всех механизмов защит присущи бессознательный характер, а также качество, которое заключается в искажении, отрицании и фальсификации восприятия внутренней и внешней реальности. Наиболее предпочитаемый набор механизмов защит складывается у индивида на основе сложного взаимодействия следующих факторов: темперамент, характер стрессовых и травмирующих ситуаций раннего детства, психологические защиты, используемые референтной группой ребенка, а также собственный опыт использования отдельных защит.

Наиболее полной и детально разработанной концепцией психологических защит в настоящее время считается психоэволюционная теория эмоций Р. Плутчика в соавторстве с Г. Келлерманом и Х. Конте. Согласно Р. Плутчику психологическая защита представляет собой искажение когнитивной и аффективной составляющих образа реальной ситуации с целью ослабления эмоционального напряжения, угрожающего индивиду [5]. Стоит отметить, что Р. Плутчик при разработке модели защиты, исходил из того, что защитные механизмы являются производными эмоций, они взаимосвязаны не только с аффективными состояниями и диагнозами, но и определенными чертами характера.

В связи с этим можно предположить, что определенные акцентуации характера имеют значимые корреляционные связи с конкретными видами психологических защит. На данную взаимосвязь указывал сам автор понятия «акцентуации» и их типологии – К. Леонгард, который отмечал, что существует тесная взаимосвязь вытеснения с акцентуацией истерического типа личности [3].

В своей монографии «Акцентуированные личности» К. Леонгард описывает классификацию из 12 типов акцентуаций личности, которая включает следующие типы акцентуаций: гипертимический, дистимический, аффективно-лабильный, аффективно-экзальтированный, тревожный (боязливый), эмотивный, демонстративный, педантичный, застревающий, возбудимый, экстравертированный, интровертированный.

Среди отечественных авторов подробно изучающих проблему акцентуаций характера следует отметить А. Е. Личко, он даёт наиболее полное определение акцентуациям характера – «это крайние варианты нормы, при которых отдельные черты характера чрезмерно усилены, вследствие чего обнаруживается избирательная уязвимость в отношении определенного рода психогенных воздействий при хорошей и даже повышенной устойчивости к другим» [4; с. 5]. А. Е. Личко на основе предшествующих работ К. Леонгарда и классификации психопатий П. Б. Ганнушкина разработал собственную концепцию и также создал классификацию акцентуаций характера у подростков (1977), куда включил гипертимный, циклоидный, сенситивный, шизоидный, истероидный, конформный, психастенический, паранойяльный, неустойчивый, эмоционально-лабильный, эпилептоидный типы.

Концепции К. Леонгарда и А. Е. Личко по-прежнему являются базовыми при изучении акцентуаций характера. При сравнительном анализе классификации А. Е. Личко и К. Леонгарда можно выделить следующее: А. Е. Личко в своей классификации добавил такие типы, как астеноневротический, неустойчивый, конформный, но не упоминал – дистимный, застревающий типы, выделенные К. Леонгардом. А. Е. Личко, как и К. Леонгард выделяет две степени тяжести акцентуаций характера, тем самым подразделяя акцентуацию на явную и скрытую в зависимости от степени выраженности, а точнее «явная акцентуация – принадлежит к крайним, а другая – скрытая акцентуация – к обычным вариантам нормы» [4; с. 9]. Также оба автора указывают на то, что в акцентуированных чертах заложена и положительная тенденция. Например, экзальтированный тип акцентуации характера может способствовать расцвету таланта артиста, художника или поэта; гипертимический или гипертимный тип успешно адаптируется к ситуациям, которые требуют повышенную активность и быстроту реакции; истероидный или демонстративный тип, благодаря артистическим способностям, эффективен в художественной самодеятельности.

Таким образом, при рассмотрении феномена «акцентуации характера» присутствуют схожие представления относительно определения акцентуаций. Акцентуация – это пограничное явление между нормой и патологией, характеризуемое как чрезмерно выраженное развитие отдельных черт характера. Каждому типу акцентуации свойственны определённые личностные черты характера и степень выраженности отклоняющегося поведения. Возникновение и развитие акцентуаций связано с различными причинами – биологические факторы: последствия заболеваний во внутриутробном периоде и раннем детстве, наследственность, органические повреждения головного мозга; социально-психологические факторы:

социальное окружение и ситуации, влияющие на развитие личности, стиль семейного воспитания, особенности самой личности, психическая травматизация и т. д. Однако, как правило, акцентуации по мере взросления индивида сглаживаются и компенсируются.

Возвращаясь к проблеме взаимосвязи психологических защит и акцентуаций характера, следует отметить, что исследованию корреляции данных явлений посвящен ряд эмпирических исследований, в которых подтверждается наличие между ними значимых связей.

Изучение взаимосвязи акцентуаций характера и механизмов психологической защиты позволит определить характер связи данных феноменов. Что будет способствовать пониманию, какие поведенческие особенности будут проявляться у индивида в тех или иных неблагоприятных ситуациях и какие при этом будут использоваться защитные механизмы. Результаты исследования могут быть применимы для разработки рекомендаций по самореализации, сохранению психологической устойчивости, оптимальной адаптации личности в проблемных жизненных обстоятельствах, а также выстраиванию конструктивных взаимоотношений с окружающими.

Список литературы

1. *Бассин Ф. В., Бурлакова М. К., Волков В. Н.* Проблема психологической защиты // Психологический журнал. 1988. Т. 9, № 3. С. 78–86.
2. *Кирибаум Э. И.* Психологическая защита. 3-е изд. М.: Смысл, 2005. 175 с.
3. *Леонгард К.* Акцентуированные личности / пер. В. М. Лещинская. М.: ЭКСМО-Пресс, 2001. 446 с.
4. *Личко А. Е.* Психопатии и акцентуации характера у подростков. Изд. 2-е доп. и перераб. Л.: Медицина, 1983. 259 с.
5. *Романова Е. С., Гребенников Л. Р.* Механизмы психологической защиты: генезис, функционирование, диагностика. Мытищи: Талант, 1996. 144 с.

Научный руководитель – *С. Е. Мухина*,
канд. психол. наук, доц. кафедры общей психологии и истории психологии,
Новосибирский государственный педагогический университет

СОДЕРЖАНИЕ

От редакторов	3
---------------------	---

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ТЕОРИИ И ПРАКТИКИ СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ

Аганин К. А. (Новосибирск). К вопросу о самооценке в отечественной и зарубежной психологии.....	4
Аганин К. А. (Новосибирск). Особенности вербальной коммуникации разных народов	6
Андронникова О. О. (Новосибирск). Поливиктимизация личности: факторы уязвимости и факторы устойчивости.....	9
Булавина Е. О. (Новосибирск). Последствия семейно-бытового насилия над женщинами в аспекте их личностных особенностей	15
Булавина Е. О., Свечникова Т. Ю. (Новосибирск). Стратегии выживания, или Как спасти психику в период переживания трудной жизненной ситуации: сравнительный анализ подходов к проблеме психологической защиты в глубинной и гуманистической психологии в XX–XXI веках.....	25
Вайс Л. Е. (Новосибирск). Конфликт как стрессогенный фактор.....	30
Вергановичус Е. В. (Новосибирск). Психические состояния в подростковом возрасте.....	34
Вирясова А. С. (Новосибирск). Взаимосвязь психологических защит и темперамента	37
Воскресенская Р. С. (Новосибирск). Представления современных студентов о гендерной идентичности	40
Гаврилова А. Я. (Новосибирск). Взаимосвязь типов темперамента и видов психологических защит у студентов	44
Гиричева Н. А. (Новосибирск). Взаимосвязь творческого мышления и доминирующей копинг-стратегии в старшем подростковом возрасте	50
Голуб С. Н. (Новосибирск). Самооценка как компонент Я-концепции личности	55
Долгополова К. А. (Новосибирск). Социальные сети глазами современного студента	58
Ермолова Е. О. (Новосибирск). Внутрличностные и межличностные границы мужчин зрелого возраста с наркотической зависимостью	63
Ефимов В. Н. (Новосибирск). Оценка соревновательной успешности спортсмена	70
Ефимова А. И. (Новосибирск). Особенности эмоционального интеллекта в подростковом возрасте.....	74
Иващенко Д. В. (Новосибирск). Основные факторы профессионального стресса у медицинских работников	77

Иноятова С. Р. (Ташкент). Методологические основы исследования личностных и управленческих качеств у лидеров молодежи	80
Калайда С. А. (Новосибирск). Взаимосвязь эмоционального интеллекта и личностных особенностей	87
Карелина Е. С. (Новосибирск). Аффект как форма проявления агрессии у подростков.....	90
Кольянов А. В. (Новосибирск). Личностные особенности и склонность к интернет-зависимому поведению в старшем подростковом возрасте	92
Контаева Д. А. (Новосибирск). Взаимосвязь темперамента и коммуникативных навыков	97
Корецкая П. А. (Новосибирск). Образ тела и восприятие времени	99
Коркина А. С. (Новосибирск). Взаимосвязь тревожности и агрессивности в младшем подростковом возрасте	103
Корниенко Н. А. (Новосибирск). Цифровизация общества и симптомы деградации личности.....	107
Косыгина С. В., Когутова А. А. (Москва). Акцентуация характера как фактор, определяющий эффективное социальное общение.....	119
Кочергина Д. В. (Новосибирск). Тип темперамента и степень выраженности механизмов психологических защит	123
Кривошеков М. А., Шубина С. М. (Новосибирск). Влияние времени, проведенного подростками в социальных сетях, на психологические показатели	130
Кузнецова А. А. (Новосибирск). Стрессы в профессиональной деятельности журналиста	133
Ластовец Ю. А. (Новосибирск). Взаимосвязь социального интеллекта и адаптации личности	137
Листов А. К. (Новосибирск). Взаимосвязь особенностей взаимодействия супругов в конфликтной ситуации и удовлетворенности браком у молодых супружеских пар.....	139
Лощакова М. В. (Новосибирск). Взаимосвязь асертивности и мотивации достижения успеха в старшем подростковом возрасте	144
Ляпина К. Р. (Новосибирск). Удовлетворенность жизнью и стрессоустойчивость в юношеском возрасте	151
Мотина Д. Р. (Новосибирск). Взаимосвязь волевых качеств личности и стратегий поведения в конфликте в старшем подростковом возрасте.....	157
Муранова С. В. (Новосибирск). Особенности формирования обидчивости как личностной характеристики в подростковом возрасте	161
Мясникова М. В. (Новосибирск). Современное психологическое понимание синдрома эмоционального выгорания.....	164
Пятницкая П. В. (Новосибирск). Особенности эмоционального интеллекта подростков в зависимости от пола.....	170
Рыжик В. М. (Новосибирск). Исследование волевой организации личности у подростков.....	176

Рябченко Л. Г. (Новосибирск). Взаимосвязь агрессивности и самооценки у старших подростков	181
Рядинская А. С., Белобрыкина О. А. (Новосибирск). Проблема культивации псевдопрофессионализма в психолого-педагогической практике (на материале анализа пособия Т. М. Грабенко и Т. Д. Зинкевич-Евстигнеевой «Коррекционные, развивающие и адаптирующие игры»)	186
Ряхова Р. А. (Новосибирск). Особенности взаимосвязи стиля саморегуляции поведения с учебной мотивацией у подростков.....	197
Силкин Р. А. (Новосибирск). Взаимосвязь тревожности и склонности к экстремальному рискованному поведению у подростков.....	203
Соколова А. Д., Гинсберг А. А. (Новосибирск). Роль привязанности в формировании ценностных ориентаций.....	212
Степанова А. И. (Новосибирск). Эмоциональный интеллект у студентов	214
Темнякова Я. В. (Новосибирск). Оптимизация межличностных отношений в подростковом возрасте.....	218
Томашевская Ю. Е. (Новосибирск). Влияние искусственной билингвической среды на психологическое развитие ребенка дошкольного возраста.....	222
Федотова Н. А. (Новосибирск). Направленность личности и самооценка в младшем подростковом возрасте	228
Хамидулина Л. Р. (Новосибирск). Особенности тревожности во взаимосвязи с восприятием телесного образа у подростков.....	235
Цыпандина В. В. (Новосибирск). Национальный характер и национальные стереотипы	240
Чаганова С. А. (Новосибирск). К вопросу об изучении механизмов психологической защиты и копинг-стратегий как защитной системы личности в контексте чувствительности к справедливости	245
Чухрова М. Г. (Новосибирск). Факторы и механизмы формирования зависимого поведения	248
Шабалина Д. С. (Новосибирск). Взаимосвязь акцентуаций характера и механизмов психологических защит	253

Научное издание

СОЦИОКУЛЬТУРНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОГО ЧЕЛОВЕКА

Материалы IX Всероссийской научно-практической конференции
с международным участием
(г. Новосибирск, 19–21 апреля 2023 г.)

Часть 1

В авторской редакции
Компьютерная верстка – *И. Т. Илюк*

Подписано в печать 25.09.2023. Формат бумаги 70×108/16.
Печать цифровая. Уч.-изд. л. 16,9. Усл. печ. л. 22,8. Тираж 500 экз.
Заказ № 102.

Новосибирский государственный педагогический университет
630126, г. Новосибирск, ул. Вилюйская, 28
Тел.: 8 (383) 244-06-62, www.gio-nsru.ru
Отпечатано: ФГБОУ ВО «НГПУ»